E. CIOPTAN
X. NICOLAU

Carte de bucate

ECATERINA CIORTAN ★ XENIA NICOLAU

Carte de bucate

EDITURA TEHNICĂ
București, 1957

BUCĂTĂRIA RAȚIONALĂ

Bucătăria simplificată și rațională este nu numai o necesitate vitală, dar ea constituie cel mai de seamă și cel mai eficace tratament în prevenirea sau vindecarea diferitelor boli.

Adevăratul rol al medicului este prevenirea bolilor, mai mult decît vindecarea lor. Alimentația simplă și rațională, cu alimente proaspăt preparate, ajută medicul în desăvîrșirea operei sale.

Persoanele care își fac un punct de onoare în a se hrăni mult, cu mîncăruri complicate care cer muncă multă, sînt cei mai mari dușmani ai organismului lor.

„Omul își sapă groapa cu dinții" a spus cineva. Bolile apar și sînt mai totdeauna o consecință a meselor bogate, repetate, cu digestie greoaie, cu acumulare de substanțe care supraîncarcă organismul, îl intoxică și îi paralizează buna funcționare. Bolile pot fi de asemenea o consecință a unei subalimentații, care slăbește organismul încetul cu încetul, pînă la distrugerea lui.

Pentru a avea un organism sănătos, pentru a prelungi viața și a menține tinerețea, în primul rînd este absolut necesară o alimentație simplă și rațională, unită cu o igienă perfectă, curățenie, soare, aer curat, exerciții fizice, toate ajutînd la eliminarea depunerilor și toxinelor care otrăvesc organismul.

ROLUL ALIMENTELOR ÎN ORGANISM

Corpul omenesc este format din apă, proteine, hidrați de carbon, grăsimi și săruri minerale. Prin munca de toate zilele, aceste principii se consumă, se uzează și se pierd.

Pentru menținerea vieții, organismul are nevoie de substanțe identice, care să înlocuiască aceste pierderi, adică :

Proteine, care înlocuiesc partea materială, deci repară țesuturile uzate și ajută la creștere.

Hidrați de carbon și grăsimi, care dau căldura și energia necesară.

Apa și sărurile minerale, care ajută la constituirea oaselor și a sîngelui.

Toate aceste substanțe sînt luate de organism din alimente.

Unele dintre alimente aduc organismului proteinele, deci sînt substanțe reparatorii. Aceste alimente sînt: carnea, ouăle, laptele, brînza, boabele de fasole, de mazăre, de linte.

Alte alimente aduc hidrații de carbon, deci substanțele calorigene. Aceste alimente sînt: zahărul, mierea, făinoasele (pîinea, macaroanele etc.), grăsimile (untura, untul, uleiul).

Apa constituie 60% din greutatea corpului, formează baza sîngelui și este prezentă în toate țesuturile. În alimentație se găsește în diferite băuturi și în toate alimentele.

Sărurile minerale sînt tot atît de necesare ca și celelalte substanțe, care fac parte din constituția corpului omenesc. Ele intră în compoziția sîngelui și iau parte la constituirea oaselor în afară de alte funcțiuni pe care le îndeplinesc în organism. Organismul elimină zilnic 25 g săruri minerale care trebuie înlocuite. Se găsesc atît în alimentele de origine animală, cît și în cele de origine vegetală. Studiile asupra compoziției alimentelor au stabilit că legumele și fructele sînt foarte bogate în săruri minerale. Dintre sărurile minerale care îndeplinesc un rol mai deosebit menționăm:

Calciul, care ajută în special la formarea oaselor, intră în compoziția sîngelui, are rol important în coagularea sîngelui și normalizează funcțiunea mușchilor inimii. O mare cantitate de calciu se găsește în următoarele alimente: lapte, brînză, gălbenuș de ou și în mai mică cantitate în spanac, morcov, ceapă, varză.

Fosforul ajută de asemenea la formarea oaselor, intră în compoziția sîngelui și a creierului. Se găsește în lapte, gălbenuș de ou, lecitina creierului (un fel de grăsime), icre, pește, mazăre verde, ceapă, morcov, lapți de heringi, brînză, făină etc.

Fierul intră în compoziția sîngelui și este colorantul globulelor roșii. Cea mai mare cantitate de fier se găsește în

singele de porc, în gălbenușul de ou, spanac, varză (foile de varză), linte, mazăre, cireșe, fasole, carne în general.

Iodul se găsește în raci, pești, ficat, ciuperci, morcov, spanac etc.

Magneziul se găsește în laptele de vacă, mazăre etc.

Sodiul intră în compoziția generală a corpului. Se găsește în cantități variabile în alimente ; este procurat organismului în special de sarea de bucătărie.

Toate aceste substanțe introduse în organism suferă modificări și transformări în cursul digestiei și produc arderi, care dau căldura corpului.

Arderile din organism se măsoară în calorii. O calorie este cantitatea de căldură necesară pentru a ridica cu un grad temperatura unui gram de apă.

Principiile alimentare furnizează următoarele calorii :

1 g proteine	4 calorii
1 g grăsimi	9 calorii
1 g hidrați de carbon	4 calorii

Numărul de calorii de care are nevoie un organism este în raport cu mai mulți factori : etatea, sexul, clima etc. Cel mai important este cantitatea de muncă depusă. Din experiențele făcute s-a constatat că un om care muncește potrivit are nevoie de 35—40 calorii pentru fiecare kilogram din greutatea corpului. Dacă depune o muncă grea, același individ are nevoie de 50—60 calorii pentru fiecare kilogram din greutate, iar dacă este în repaus complet, are nevoie de 20—25 calorii. În cele ce urmează prezentăm o tabelă de caloriile necesare pentru un organism în greutate de 60 kg și pentru unul în greutate de 70 kg.

Gradul de muncă	calorii la 1 kg	calorii la 60 kg
Muncă potrivită	35 — 40 × 60 =	2 100 — 2 400 calorii
Muncă grea	50 — 60 × 60 =	3 000 — 3 600 calorii
Repaus	20 — 25 × 60 =	1 200 — 1 500 calorii
Gradul de muncă	**calorii la 1 kg**	**calorii la 70 kg.**
Muncă potrivită	35 — 40 × 70 =	2 450 — 2 800 calorii
Muncă grea	50 — 60 × 70 =	3 500 — 4 200 calorii
Repaus	20 — 25 × 70 =	1 400 — 1 750 calorii

În concluzie alimentația trebuie să fie variată, completă și suficientă, astfel încît să dea organismului toate substanțele de care are nevoie.

Progresele ştiinţifice care au luat o mare dezvoltare în ultimii ani au dovedit că în afară de substanţele alimentare arătate mai sus, organismul are absolută nevoie şi *nu se poate dispensa* de anumiţi factori alimentari care să înlesnească sau să dirijeze diferitele procese chimice, ajutînd astfel la buna folosire a alimentelor, la creşterea şi dezvoltarea normală a individului. Aceşti factori alimentari se numesc *vitamine*.

Vitaminele sînt de natură animală şi de natură vegetală. Cercetările făcute pînă în prezent au dovedit că în afară de rolul specific fiecărei vitamine în organism, există şi o corelaţie între vitamine, sărurile minerale şi funcţiunea glandelor cu secreţie internă.

În general, vitaminele au constituţie foarte delicată şi se descompun uimitor de repede, mai ales în contact cu oxigenul, care este cel mai mare duşman al lor.

Unele vitamine se dizolvă în apă, altele în grăsimi. Prin fierbere se produc pierderi de vitamină. Unele pierderi de vitamine din grupa B se produc în timpul fierberii în apă, dar nu au loc dacă fierberea se face în abur. Astfel conopida prin fierbere pierde 35—56% din vitamine, iar fiartă în abur numai 5—24%. Fasolea verde fiartă în apă pierde pînă la 50%, iar în abur nu suferă aproape nici o pierdere (experienţe executate la Institutul unional pentru industria conservelor din U.R.S.S. de către Grjive şi Nemet Metliţki).

Este deci de mare importanţă ca gospodina să fie iniţiată asupra marelui rol al vitaminelor în organism şi să cunoască modul de a trata vitaminele înainte şi în timpul pregătirii hranei zilnice, pentru a păstra valoarea vitaminică în alimentaţie.

Se vor observa deci cu stricteţe următoarele reguli stabilite conform datelor ştiinţifice :

Alimentele trebuie să fie cît mai proaspete. Legumele îşi pierd vitaminele din momentul cînd au fost culese, de exemplu spanacul îşi pierde 80% din vitamine în două zile.

Nu trebuie să se facă provizii de legume vara, spre a nu le ţine prea mult în contact cu aerul care le oxidează. Prin oxidare, alimentele îşi pierd toate proprietăţile.

Spălarea legumelor şi a zarzavaturilor. Legumele se spală repede înainte de a fi curăţate. Nu se ţin în apă după

ce au fost curățate și se folosesc imediat. Este cea mai mare greșeală pe care o fac unele gospodine care curăță zarzavatul, cartofii, morcovii etc., și apoi le țin în apă, multă vreme înainte de a le prepara.

Tăiatul legumelor trebuie să se facă de asemenea cît mai repede ca să nu rămînă mult în contact cu aerul, înainte de a fi pregătite.

Fierberea legumelor. Legumele, pe cît se poate, trebuie să fie puse la fiert întregi, în apă clocotită și cît mai puțină, numai atît cît să le acopere, adăugînd, la nevoie, în timpul fierberii apă fierbinte numai cît este necesar. Fierberea trebuie să fie de scurtă durată, deci la foc iute și totdeauna în vase acoperite. Sarea ajută la păstrarea vitaminelor în alimente și la ridicarea temperaturii apei. Cu cît fierberea este mai îndelungată, cu apă mai multă și cu alimente tăiate bucăți, cu atît vor rămîne mai puține vitamine în legumele care se fierb.

În nici un caz nu se aruncă apa după fierberea legumelor și a zarzavaturilor, oricît de puțină ar rămîne, deoarece este bogată în vitamine și săruri minerale. Se folosește la prepararea supelor și a sosurilor. Legumele fierte în coaja lor își păstrează mai mult vitaminele.

Ar fi ideal ca legumele pentru soteuri și pentru salate să se fiarbă în abur în oale speciale care se găsesc în comerț. În lipsa acestor oale, legumele se așază într-o strecurătoare smălțuită sau într-un săculeț care se atîrnă înăuntrul unei oale cu apă clocotită, fără să atingă apa. În acest fel fierberea se face numai sub acțiunea vaporilor.

Se poate comanda un grătar pe 3—4 picioare înalte cît $^3/_4$ din înălțimea oalei. Acest grătar se așază în oală fără să atingă apa. Se fierb legumele acoperite.

Uscarea legumelor. Uscarea lentă și la aer aduce pe lîngă pierderea vitaminelor și oxidarea lor. Uscarea rapidă formează la suprafața alimentelor un strat izolator care se opune oxidării. De aceea, înainte de uscare, legumele se cufundă în apă clocotită, se usucă la început la temperatură mare și în curenți de aer cald, și se continuă apoi la căldură potrivită.

Divizarea alimentelor în bucăți mai mici este de asemenea un procedeu greșit deoarece alimentele avînd o suprafață mai mare de contact cu aerul, se produce oxidarea vitaminelor în mare proporție. Dacă alimentele nu sînt divizate, suprafața care vine în contact cu aerul este mai mică.

Acțiunea rapidă a căldurii asupra alimentelor formează o crustă exterioară care împiedică acțiunea de oxidare în profunzime.

Reîncălzirea repetată a mîncărilor prin fierbere distruge complet orice substanțe hrănitoare. Se recomandă:

1. Să nu se prepare decît cantitatea de mîncare necesară unui prînz.

2. Dacă totuși mîncarea trebuie reîncălzită, atunci se pune la foc numai cantitatea ce se consumă imediat.

Păstrarea alimentelor la frig este cea mai recomandabilă, însă nu prea mult timp.

Vasele ce se întrebuințează să nu fie ciocnite sau cu smaltul sărit. Vasele de cupru (aramă) și de fier nu trebuie folosite pentru pregătirea mîncărilor, deoarece cuprul și fierul distrug vitaminele din alimente.

Vasele de aluminiu, de sticlă sau cele smălțuite sînt cele mai recomandabile.

Înăbușirea alimentelor. Pentru a evita pierderea vitaminelor prin fierbere, alimentele se prepară prin înăbușire, care se face astfel: se așază în cratiță mai întîi ceapa cu grăsime și sare, la foc repede. Se amestecă mereu, picurîndu-se cîte puțină apă, pînă se moaie ceapa bine de tot. După aceea se adaugă celelalte alimente (carne, zarzavat etc.) și se continuă înăbușirea la foc repede și totdeauna în vas acoperit.

Revitaminizarea alimentelor se face astfel:

Vara, după ce mîncarea este gata, se toarnă după ultimul clocot zeamă de roșii, ardei etc. Această zeamă se obține trecînd prin mașina de carne roșii și ardei cu pieliță cu tot, după ce au fost bine spălate, iar pentru gust se adaugă frunze de țelină, mărar etc. Trebuie să se lucreze repede, deoarece vitaminele nu trebuie să stea mult timp în contact cu fierul (mașina de tocat carne). Roșiile se trec prin mașină cu pieliță cu tot, deoarece s-a verificat științific că pielița roșiilor conține o cantitate de vitamine de trei ori mai mare decît miezul.

Iarna, ouăle, smîntîna, zeama de lămîie, borșul, hreanul, morcovii, adăugate proaspete în ultimul moment revitaminizează mîncările.

Alimentația zilnică modernă trebuie să cuprindă totdeauna alimente crude. Se recomandă chiar o cură de crudități, care se face totdeauna dimineața pe stomacul gol.

Ar fi bine ca orice masă să înceapă cu primul fel din alimente crude. De exemplu : o salată de hrean cu smîntînă, o salată de roşii cu ardei şi pătrunjel verde, un păhărel de zeamă de roşii, zeamă de morcov, de spanac, de ţelină, sau orice fel de zarzavat ras servit cu zeamă de lămîie sau cu smîntînă. Vara, hreanul, ardeiul verde, roşiile pot fi la îndemîna oricui ; iarna smîntîna, untul, mierea de stup, hreanul, gălbenuşul de ou, drojdia de bere, varză acră, murăturile în saramură, borşul, iaurtul etc.

Alimentaţia lipsită de alimente crude împiedică buna funcţionare a organismului. Tulburări de care individul nu-şi dă seama aduc mai tîrziu diferite boli ca rahitismul, îngroşarea arterelor, scorbutul, ameţeli, slăbiciuni, slăbirea vederii, dureri de cap, căderea părului, boli de piele etc.

Rolul vitaminelor, alimentele în care se găsesc şi proprietăţile vitaminelor

Vitamina	Rolul vitaminelor în organism	Alimentele în care se găsesc	Diferite proprietăţi
A	*Factor de creştere* şi ajută la vindecarea bolilor de ochi şi de piele	Morcovi, carote, spanac pătrunjel, varză verde, ridichi, fasole verde, mazăre, cireşe, caise, fragi, căpşuni, prune	Solubilă în grăsimi, insolubilă în apă. Se distruge la uscare, rezistă la fermentaţie, deci rămîne în murături
	Măreşte vigoarea corpului şi îl face rezistent la infecţii.	Untură de peşte, ficat, unt, gălbenuş de ou, rinichi, peşte, brînză de oi	
	Înlesneşte acţiunea vitaminei D		
	Provoacă modificări în aparatul digestiv respirator şi urogenital		
	Încărunţirea părului înainte de vreme se datoreşte lipsei de vitamină A		
D	*Antirahitică* Ajută la osificarea oaselor, la asimilarea calciului şi a fosforului, se numeşte şi calciferol	Ficat de peşte, ouă, icre, unt, smîntînă, gălbenuş de ou, lapte, sardele, drojdie de bere, în mare cantitate	Se dizolvă în grăsimi, nu se dizolvă în apă. Rezistă pînă la 120—160°C. Distrusă de razele ultraviolete

(Continuare)

Vitamina	Rolul vitaminelor în organism	Alimentele în care se găsesc	Diferite proprietăți
D	Cariile dentare sînt în mare parte cauzate de lipsa de vitamină D Împreună cu vitamina A are o deosebită influență asupra dentiției Se găsește în piele sub formă de provitamină și este transformată sub acțiunea razelor solare în vitamina D, fapt pentru care se mai numește și vitamină iradiată		
E	*Factor de reproducere* întrebuințat în medicina veterinară sub formă de preparate Necesară pentru prevenirea avorturilor și pentru dezvoltarea copilului în epoca prenatală	Carne, ficat, ouă, icre, cereale încolțite (partea cleioasă a cerealelor), foile de varză, fasole, mazăre verde, tărițe de grîu	Se dizolvă în grăsimi, rezistă la căldură. Este distrusă de oxigen și de razele solare ultraviolete
K	*Antihemoragică* Ajută la coagularea sîngelui	Ficat, ouă, carne de găină, varză verde, spanac, mazăre, fasole verde, morcovi, conopidă, măceș, roșii, fragi, căpșuni, zmeură În toate frunzele verzi, chiar ofilite	Se dizolvă în grăsimi Este distrusă de lumină și alcalii Sensibilă la acțiunea acrului dînd un produs colorat, galben
B_1	*Factor antinevritic* Întreține funcțiunea normală a sistemului nervos central și periferic	Drojdie de bere, orz încolțit, tărițe de grîu, de orez, făină de ovăz, fulgi de ovăz, făină de se-	Se dizolvă în apă, sensibilă la razele ultraviolete. Prin fierberea alimen-

Vitamina	Rolul vitaminelor în organism	Alimentele în care se găsesc	Diferite proprietăți
B_1	Întreține funcțiunea normală a inimii Lipsa vitaminei B_1 provoacă nevralgii, sciatică, reumatism, dureri de cap, moleșeală, amorțiri, boli de piele, mîncărimi, constipație etc.	cară, pîine de grîu integrală, cărnuri, ficat, pește, icre, lapte, gălbenuș de ou, linte, fasole uscată, alune, nuci, sparanghel, varză morcovi prune, portocale.	telor o bună parte, 20—50 %, trece în zeamă. Consumarea zemii în care au fiert legumele aduce importante cantități de vitamina B_1. Fierberea legumelor în abur împiedică în mare măsură distrugerea vitaminei B_1. La prepararea alimentelor în restaurante pierderile găsite au variat pînă la 75 %, din care 20 % la fierbere, 25 % în apa în care au fiert, 25 % în timpul de la preparare la consumare. La legumele care conțin amidon (cartoful) cantitatea pierdută este neînsemnată, deoarece amidonul absoarbe vitamina B_1 *) Prin uscare pierderea este relativ mică Conservarea prin înghețare nu modifică mult conținutul în vitamină B_1. Întrebuințarea bicarbonatului mărește puterea de distrugere
B_2	*Factor de creștere*	Drojdie de bere, ficat, rinichi, lapte, ou, laptele praf, cărnuri, pește, cereale	Se dizolvă în apă. Se distruge prin fierbere în mediu alcalin. Rezistă la fierbere (6 ore, la

*) Dr. Laurențiu Chiosa și Dr. Maur Neumann, Vitamine și antivitamine, p. 178.

(Continuare)

Vitamina	Rolul vitaminelor în organism	Alimentele în care se găsesc	Diferite proprietăți
B_2			120°C nu distruge decît o neînsemnată fracțiune). Lumina distruge vitamina B_2. Laptele trebuie păstrat la întuneric, în oale sau sticle de culoare închisă La frig, pierderi moderate. Afumarea nu distruge vitamina B_2 *).
PP	*Antipelagroasă* (PP — preventiv) pelagros)	Drojdie de bere, carne, inimă, ficat, rinichi, pește, lapte, lapte praf, sînge, creier, tărițe de cereale, cereale încoltite, varză roșie, mazăre, sfeclă roșie	Rezistă la fierbere pînă la 120°C. Se dizolvă în apă
H	*Factor cutanat.* Ajută la funcțiunea normală a pielii Previne chelia timpurie Deducții în urma observațiilor clinice : Joacă rol în reglarea hormonilor ; în funcția intestinului gros ; sub formă de unguent se aplică pe piele pentru a o proteja împotriva iradierilor solare intense	Drojdie de bere, ficat și rinichi de vacă, lapte, lapte praf, cartofi, tărițe de orez	
M	*Contra anemiei pernicioase*	Drojdie de bere, ficat, mușchi, cereale încoltite	
P	*Factor dietetic*	Lămîie, portocale (mai ales în coajă),	

*) Dr. Laurențiu Chiosa și Dr. Maur Neumann, Vitamine și antivitamine, p. 210.

(Continuare)

Vitamina	Rolul vitaminelor în organism	Alimentele în care se găsesc	Diferite proprietăţi
P		caise, măceş, grepfrut, ardei, salată, nuci verzi, varză, roşii, morcovi	
C	*Antiscorbutică şi antianemică*	Măceş, pătrunjel, mărar, hrean, coajă de nucă verde, ardei verde, lămîi, portocale, agrişe negre, varză, spanac, roşii, ridichi praz. Toate fructele acrişoare, coacăze, etc. Ficat, rinichi, icre negre, muguri de brad	Se dizolvă în apă. Se oxidează foarte repede în prezenţa oxigenului. Prin oxidare îşi pierde toate proprietăţile. Nu se distruge la fierbere la temperatură ridicată în mediu acid, de scurtă durată şi fără contact cu aerul, chiar la 120°C. Fructele acrişoare îşi păstrează vitaminele atunci cînd sînt păstrate în coaja lor. Rezistă în murături. Sarea de bucătărie ajută la păstrarea vitaminelor în alimente. Prin păstrare, vegetalele verzi pierd o cantitate importantă din vitamina C, de unde necesitatea de a le culege puţin înainte de consumare. Fierberea cu bicarbonat de sodiu distruge o mare cantitate de vitamine din alimente. Prin îngheţare pierderea este minimă. Vasele de cupru oxidează şi distrug vitamina C. Vasele de aluminiu, smălţuite, de sticlă se recomandă

Observație. Conservarea produce modificări în conținutul de vitamină C, variabile de la un fruct la altul, de la o specie la alta. Un procedeu obișnuit de conservare a fructelor, dar mai ales a legumelor este uscarea, care dacă se face în prezența aerului provoacă o distrugere masivă, aproape completă a vitaminei C. Pentru acest motiv, industria alimentară utilizează uscarea în mediu de gaze inofensive, astfel încît pierderile de vitamină C să fie minime. Prin evaporare (uscare în curent de aer cald) sucurile de fructe și lichidele din legume conținînd vitamina C pierd maximum 20% din această vitamină. Pentru conservarea alimentelor se procedează la o ridicare bruscă a temperaturii de evaporare, care distruge repede fermenții, fără o distrugere importantă a vitaminei C *).

IGIENA BUCĂTĂRIEI

Bucătăria este laboratorul casei, unde gospodina plămădește și chibzuiește hrana zilei necesară pentru menținerea sănătății familiei. În acest colț al gospodăriei se cere igiena cea mai desăvîrșită.

Tot în bucătărie se realizează cele mai însemnate economii, dacă gospodina este pricepută și știe să le facă toate cu rost.

Pentru a economisi banii și timpul, pentru ca o igienă perfectă să domnească în bucătărie, gospodina trebuie să se deprindă ca orice obiect întrebuințat, să fie imediat spălat și pus la locul lui.

În bucătărie trebuie să existe în permanență un vas cu leșie săpunită. Nu există alt mijloc mai bun pentru curățirea oricărui fel de vas de bucătărie, ca leșia, săpunul și prafurile care se găsesc în comerț care curăță repede și dezinfectează perfect. Din timp în timp vasele de bucătărie trebuie chiar să se fiarbă în leșie.

Lingurile cu care se gustă mîncarea se țin într-un vas sau într-un borcan la îndemînă și nu se lasă pe masă sau în cratițele cu mîncare.

Resturile de la curățirea zarzavaturilor și a altor alimente nu se țin în bucătărie decît atît timp, cît se curăță alimentele. Păstrarea lor mai mult constituie un focar de infecție, mai ales vara. Muștele, gîndacii etc. sînt atrași de mirosul și umezeala produsă de aceste resturi.

Dacă vasele cu care se lucrează în bucătărie sau vasele de sufragerie nu sînt curățite imediat și dacă sînt lăsate peste zi sau peste noapte nespălate, formează cuibare de fermenți și atrag muștele și gîndacii. O adevărată

*) Dr. Laurențiu Chiosa și Dr. Maur Neumann, Vitamine și antivitamine, p. 402.

gospodină nu are nici un vas murdar din momentul cînd a terminat prepararea prînzului.

Mesele, fundurile etc. se spală cît mai des. Sertarele se spală și se scutură cît mai des de fărîmituri și resturi.

Toate alimentele ca: pîinea, untul, brînza, carnea etc., precum și toate cratițele și oalele cu mîncare se țin totdeauna acoperite.

Zarzavaturile și alimentele aduse în plus de la cămară sau de la pivniță se vor așeza la loc imediat.

Pentru a păstra o cît mai riguroasă curățenie, zarzavaturile se vor curăța pe jurnale în care se vor strînge resturile.

Pentru alimente cu miros caracteristic, de exemplu pentru lapte, pentru ceai, pentru ceapă etc. trebuie să existe vase și funduri speciale.

Într-un colț al bucătăriei sau într-un dulap se vor găsi în permanență două farfurii mici de tablă sau de pămînt cu moloz sau cu cenușă curată, sau prafuri din comerț, pentru a fi la îndemînă ori de cîte ori este nevoie.

Resturile de grăsime rămase de la prăjit și resturile de mîncare se vor păstra în vase bine acoperite, ferite de umezeală și de căldură.

Toate resturile de mîncare sau de alimente se strîng și se întrebuințează. Nu se va risipi nici un gram, nici o picătură. Unele alimente se prefac și se servesc a doua zi la masă. Resturi, cum sînt cojile de la zarzavaturi, frunzele etc. se întrebuințează la hrana unor animale, iar în lipsa acestora, se ard în sobă sau se aruncă la lada de gunoi.

Cîrpele de vase și de bucătărie au un rol însemnat pentru menținerea igienei. Nu se țin murdare și nu se țin umede deoarece produc miros greu și atrag gîndacii și mușteleș. Într-o gospodărie bine întreținută nu există nici o dată cîrpe negre. Pentru a economisi cîrpele se pot folosi cît de mult jurnale la curățirea vaselor, a mașinii de bucătărie, a lămpii de gătit sau a aragazului.

Nici o dată nu se lasă bucătăria necurățită peste zi sau peste noapte. În timpul zilei bucătăria se aerisește des și ori de cîte ori se formează vapori din cauza oalelor care fierb pe aragaz sau pe lampă.

Un săpun și un prosop nu trebuie să lipsească, pentru ca gospodina să se poată spăla pe mîini, de cîte ori este nevoie.

Hîrtiile provenite de la cumpărături se păstrează și se folosesc la curățirea mașinii, a vaselor etc. Nici într-un caz nu se aruncă la gunoi, ci se ard iarna în sobă, vara la baie, o dată cu celelalte resturi de zarzavat. Gunoiul depozitat în lada de gunoi trebuie să fie cît mai redus.

Găleata de gunoi indispensabilă în orice bucătărie trebuie golită în fiecare zi, curățită cu jurnale, iar din cînd în cînd spălată cu leșie.

Împărțirea și măsurarea timpului, precum și succesiunea treburilor de bucătărie, economisesc timpul și combustibilul.

Inteligența, priceperea, grija și rostul cu care lucrează gospodina, calcularea banului, a materialelor care se folosesc în bucătărie, planificarea operațiilor și a timpului, pot aduce belșugul și sănătatea familiei, iar lipsa lor aduce ruina gospodăriei și a sănătății.

MĂSURI GOSPODĂREȘTI

Înainte de a se începe pregătirea oricărui preparat trebuie să se citească cu atenție observațiile și condițiile ce se cer pentru o bună reușită, care preced fiecare capitol. Se va consulta cu mare atenție capitolul Vitaminele.

Orice aliment care a suferit o fierbere sau o coacere la o temperatură mai înaltă își pierde principiile vii. Este deci necesară revitaminizarea preparatului.

Vitaminizarea alimentelor se face adăugîndu-li-se în ultimul moment un alt aliment care să conțină vitamine, ca : smîntînă, unt proaspăt sau margarină, gălbenuș de ou, zeamă de lămîie, verdeață, ardei grași, roșii, fructe etc.

Crudițățile sînt alimentele crude cu care se variază alimentația și care aduc vitaminele necesare organismului. Se recomandă a se servi totdeauna înainte de masă.

Sosurile cu făină prăjită trebuie scoase din alimentație. Se va citi cu atenție prepararea mîncărilor calde și reci cu sosurile respective.

Degresarea mîncărilor înseamnă înlăturarea grăsimii adunate la suprafața mîncării, după ce este gata. Se trage cratița pe colțul mașinii și cînd grăsimea s-a ridicat la suprafață, se ia cu o lingură. La fel se degresează și sosul de la fripturi și se întrebuințează la alte preparate.

Degresarea este necesară deoarece grăsimile introduse în organism mai mult decît trebuie îngreunează digestia, împiedică buna funcționare a organismului, predispunîndu-l la diferite boli ce pot avea consecințe grave.

Toate preparatele capătă un gust mai pronunțat dacă se întrebuințează grăsimi amestecate: ulei și untură, iar untul se adaugă cînd preparatul este gata.

Unele preparate în foaie dau un aliment deosebit ca gust și ca prezentare.

Baia de apă este un vas cu apă fierbinte în care se ține vasul cu mîncare, spre a se păstra mai mult timp mîncarea caldă fără să scadă prea mult și fără să se ardă. Se recomandă în special pentru încălzirea mîncărilor la aragaz.

Iaurtul înlocuiește drojdia de bere la unele aluaturi și le face chiar mai fragede.

Praful de copt este un praf care se întrebuințează pentru a face să crească aluaturile. Se găsește în comerț.

Margarina înlocuiește cu succes untul mai ales la unele prăjituri.

Laptele praf înlocuiește laptele la orice preparat.

Vasele de Iena sînt vase din sticlă specială care merg la cuptor fără să se spargă, ele se găsesc în comerț. Vasele de Iena pot fi înlocuite cu vase de teracotă, care de asemenea se găsesc în comerț.

Gratinare înseamnă rumenirea unor preparate la cuptor.

Mențiune. Cantitățile de alimente indicate în rețetele din carte sînt pentru 6 persoane. Ele sînt relative, mai ales pentru legumele care se cumpără cu bucata. Aceste cantități reprezintă o medie și sînt în funcție pe de o parte de vîrsta, sexul, munca depusă și pofta de mîncare a persoanelor consumatoare, iar pe de altă parte, de mărimea fiecărei bucăți. Gospodina se va orienta și își va stabili cantitatea în raport cu cerințele familiei. (Tabela 1).

Tabela 1

Unități de măsură în gospodărie

Măsura	Făină	Griș	Mălai	Zahăr	Orez	Vin sau oțet	Ulei	Grăsime	Sare
	în grame								
1 lingură rasă	16	20	20	25	25	20	20	40	25
1 linguriță rasă	4	5	5	6	6				6
1 pahar mare	110	170	125	210	210	240	240		

SUPE DE LEGUME STRECURATE, SUPE DATE PRIN SITĂ SAU CREME, CIORBE, BORȘURI

Reguli de observat

Se pun la foc cu apă rece.

Trebuie foarte bine fierte.

La legumele verzi, sarea se pune de la început.

La legumele uscate, sarea se pune după ce a plesnit pojghița (celuloza).

Pentru gust și vitamine se adaugă, în momentul cînd se aduc la masă, fie puțin unt sau margarină, fie smîntînă, gălbenuș de ou, zeamă de lămîie sau aguridă și verdeață.

Dacă supa se drege cu gălbenuș de ou, acesta se adaugă în momentul cînd se servește la masă și numai în atîta cantitate de supă cît se consumă. Dacă supa se mai încălzește după ce s-a dres, oul se taie. Ca să nu se taie oul, supa dreasă se încălzește în baia de apă.

Gălbenușurile pentru dres se freacă mai întîi cu sare și apă.

Supele date prin sită se prepară fie numai dintr-un singur fel de zarzavat, fie asociate, în cantități egale, de exemplu: ceapă cu cartofi, țelină cu cartofi, praz cu cartofi. Se prepară la fel ca și celelalte supe.

Toate supele date prin sită sînt mult mai gustoase și își măresc valoarea alimentară dacă în zeama în care au fiert legumele se adaugă lapte, cel mult în cantități egale, iar în momentul în care se servesc, se adaugă și o bucată de unt, margarină sau smîntînă.

În cazul cînd în aceste supe se adaugă lapte, zarzavatul se fierbe cu apă mai puțină, iar lichidul se îndoiește cu lapte.

Pentru borșuri, zarzavatul se fierbe mai întîi în apă cît cuprinde zarzavatul, iar borșul se adaugă numai după ce a fiert bine zarzavatul.

O parte din verdeață, pătrunjel, mărar, ardei și roșii, în afară de cele ce s-au pus să fiarbă cu legumele, se dau prin mașina de carne și se adaugă după ultimul clocot. Pătrunjelul se mai presară și în momentul cînd se dă supa la masă. Frunza de țelină dă de asemenea un gust deosebit ciorbelor.

Fasolea uscată fierbe mult mai ușor dacă se pune la muiat din ajun, în apă rece.

Zeama în care au fiert legumele și care rămîne de prisos nu se aruncă, ci se întrebuințează la pregătirea sosurilor.

Supele date prin sită se servesc cu mici cuburi de pîine prăjită. Cine dorește presară pe deasupra și brînză rasă.

Toate supele date prin sită se pot prepara fierbîndu-se legumă respectivă în zeamă de zarzavat fiert și strecurat.

Supele-creme preparate cu unt sînt mult superioare celor preparate cu margarină.

La supele-creme, făina nu se prăjește, ci se amestecă în grăsime și se toarnă imediat în piureul de legume.

Legumele pentru supele-creme se fierb într-o cantitate mică de apă, așa fel ca să predomine laptele. Cu cît au mai mult lapte, cu atît sînt mai gustoase și mai hrănitoare.

SUPE STRECURATE ȘI CREME DE LEGUME ȘI ZARZAVAT

1. Supă strecurată

2 morcovi, 2 păstîrnaci, 1 țelină, 2 cepe, 1/4 de varză albă, 4 cartofi, sare.

Se curăță zarzavatul și se taie în bucăți mari. Se pune la fiert cu apă rece și sare. Apa se socotește cam cîte 1/2 litru de persoană, ținînd seamă că prin fierbere se evaporă jumătate și rămîne cîte o farfurie pentru fiecare. Cînd zarzavatul a fiert bine, se strecoară, și zeama obținută, care trebuie să fie limpede, se servește cu pîine prăjită sau cu griș, găluști de brînză etc. Zarzavatul fiert se poate servi cu unt, smîntînă sau rece cu maioneză ori numai cu ulei și lămîie.

2. Supă-cremă de cartofi

1 kg cartofi, 1/2 litru lapte, 2 linguri unt sau margarină, 1 linguriță făină, sare.

Cartofii curățați de coajă se pun la fiert în apă rece cu sare. Se potrivește cantitatea de apă, ca să nu rămînă prea mult lichid după ce au fiert cartofii. Cartofii bine fierți se dau prin sită, apoi, în oala în care se prepară supa, se pune untul la topit, se adaugă cartofii, zeama în care au fiert și laptele. Se potrivește de sare. Se mai dau cîteva clocote și se servește fie cu pîine prăjită, fie cu bucățele de brînză pe deasupra. Se mai adaugă puțin unt sau margarină și smîntînă în momentul cînd se servește. Cine dorește poate drege supa și cu un gălbenuș de ou.

3. Supă-cremă de fasole uscată

300 g fasole, 3 linguri ulei, sare.

Se alege fasolea, se spală și se pune la fiert cu apă rece. După primul clocot, se înlocuiește apa în care a fiert cu altă apă fierbinte. Cînd fasolea este bine fiartă, se scurge de zeamă, se dă prin sită. Se pune uleiul la încălzit în vasul în care se prepară supa, se adaugă fasolea dată prin sită, se subțiază cu zeama în care a fiert, se potrivește de sare și se mai lasă să dea cîteva clocote. Se servește cu pîine prăjită. Se mai poate prepara și cu unt și lapte.

4. Supă-cremă de mazăre uscată

Se prepară la fel ca supa de fasole cu deosebire că nu se schimbă prima apă de la fiert.

5. Supă-cremă de linte

Se prepară la fel ca supa de fasole uscată, cu deosebire că nu se schimbă prima apă de la fiert.

6. Supă-cremă de zarzavat amestecat cu legume

2 morcovi, 2 pătrunjei, 1 păstîrnac, 1 țelină, 2 cepe, 2 cartofi, fasole și mazăre verde, 2 linguri unt, sare.

Zarzavatul și ceapa curățate se pun la fiert cu apă rece și sare. Cînd sînt bine fierte, se trec prin sită. Se topește untul în vasul în care se prepară supa, se adaugă zarzavatul trecut prin sită și se subțiază cu zeama în care a fiert. Se potrivește de sare. Se mai lasă să dea cîteva clocote. Se servește cu pîine prăjită, unt sau margarină și smîntînă. Cine dorește poate pune și bucățele de brînză.

7. Supă-cremă de conopidă

1 conopidă, 300 g cartofi, 2 linguri unt sau margarină, 1/4 litru lapte, 1 linguriță făină, sare.

Se fierb cartofii și conopida în apă cu sare. Bine fierte, se trec prin sită, afară de cîteva mici bucheţele de conopidă, care se lasă la o parte. Se pune untul la topit, se adaugă făina și se lasă să se albească numai puțin. Se toarnă piureul de cartofi și de conopidă, se subțiază cu zeama în care au fiert și se adaugă și laptele. Se pun bucheţelele de conopidă păstrate și se lasă supa să mai dea cîteva clocote. Se servește cu pîine prăjită, brînză și unt, adăugate în ultimul moment. Se mai poate drege și cu gălbenuș și smîntînă.

8. Supă-cremă de spanac

1¼ kg spanac, 100 g unt, ½ litru lapte, 1 lingură făină.

Se curăță spanacul, se spală în mai multe ape ca să se curețe bine de nisip. Se pune la fiert cu apă clocotită și sare, într-un vas descoperit, ca să-și păstreze culoarea verde. Cînd a fiert, se strecoară și se trece prin sită. Se pune untul să se topească în oala în care se prepară supa, se adaugă făina, se amestecă puțin și se toarnă spanacul dat prin sită. Se subțiază cu zeama în care a fiert și cu lapte. Se potrivește de sare și se lasă să mai dea cîteva clocote. Cine dorește poate servi supa-cremă de spanac dreasă cu gălbenuș de ou și cu smîntînă și presărată cu cașcaval sau cu brînză.

9. Supă-cremă de ștevie, lobodă, urzici

Se prepară la fel ca supa-cremă de spanac. La supa de urzici, în afară de făină se mai adaugă și puțin mălai.

10. Supă-cremă de mazăre verde

1 kg mazăre boabe, 2 linguri unt, ½ litru lapte, sare.

Se fierbe mazărea cu apă clocotită și sare. Se scurge de apă, se trece prin sită, se subțiază cu zeama în care a fiert și cu lapte, se potrivește de sare, se lasă să mai dea cîteva clocote, apoi se servește dreasă cu gălbenuș de ou, smîntînă și cu unt proaspăt deasupra, adăugate în momentul cînd se servește la masă.

11. Supă-cremă de praz

5—6 fire de praz, 1 lingură grăsime sau unt, ½ lingură de făină, 1 pahar lapte, sare.

Se taie prazul în bucăți subțiri, se înăbușă în grăsime, se adaugă făina și se stinge cu apă sau cu zeamă de zarzavat fiert. Se lasă să fiarbă bine ca să se poată trece prin sită. După ce s-a trecut prin sită, se subțiază cu lapte și se mai pune să clocotească foarte puțin, se pune sare. Se adaugă puțin unt sau margarină și cine dorește și smîntînă. Se servește cu pîine prăjită și brînză rasă pe deasupra. Se poate pune la fiert fără să se înăbușească.

12. Supă-cremă de ceapă

Se pregătește ca și supa de praz.

13. Supă-cremă de chimen

2 l supă de zarzavat, 100 g unt sau ulei, 2 linguri făină, 2 linguri chimen, sare.

Se încinge untul sau uleiul, se adaugă făina, se lasă să se rumenească puțin și se adaugă chimenul pisat. Se stinge cu zeamă de zarzavat pregătită mai din vreme, se sărează și se lasă să fiarbă 10—15 minute. Se servește cu cuburi de pîine prăjită.

Ca să fie supa mai gustoasă și mai hrănitoare, se poate înlocui zeama de zarzavat cu zeamă de carne.

14. Supă de salată verde

4—5 bucăți de salată verde, lobodă, ștevie, spanac și orice alte verdețuri în total 250—300 g, 2—3 cepe, 2 l apă sau zeamă de zarzavat, 1—2 linguri unt sau orice grăsime, 2 gălbenușuri, 1 ceșcuță orez, sare.

Salata, ceapa și toate verdețurile se taie mărunt și se înăbușă în unt, se adaugă orezul și se mai înăbușă toate la un loc 5 minute și apoi se stinge totul cu apă sau zeamă de zarzavat sau chiar de carne. Se lasă să fiarbă o jumătate de oră. Înainte de a se servi, se drege cu gălbenușurile bătute și se servește cu cuburi de pîine prăjită.

15. Supă-cremă de orez

1 pahar orez, 2 cepe, 2 linguri unt, $\frac{1}{2}$ litru lapte, 2 ouă.

Se înăbușă ceapa tăiată mărunt într-o lingură de unt, se adaugă orezul, sarea, apoi apă sau zeamă de oase și se lasă să fiarbă bine cam o oră. Cînd orezul este bine fiert, se trece prin sită, se adaugă zeama rămasă și laptele. Se mai dă puțin în clocot și se drege cu ou. Înainte de a se servi la masă se adaugă restul de unt.

16. Supă-cremă de țelină

3—4 bucăți țelină, 3—4 cepe, 3—4 cartofi, unt, 1 linguriță făină, sare, lapte.

Se fierbe ceapa și țelina ; cartofii se pun mai tîrziu la fiert. Se trec toate prin sită, se adaugă zeama în care au fiert, laptele și sarea.

Se mai dă un clocot și se servește cu unt proaspăt și, după gust, cu caşcaval ras.

17. Supă-cremă de varză de Bruxelles

500 g varză, 3—4 cepe, 1 lingură făină, 2 linguriţe unt, sare, lapte.

Se alege varză tînără, proaspătă, se curăţă de foile galbene şi se fierbe în apă clocotită. Se procedează ca la supa-cremă de ţelină.

CIORBE

Ciorbele se prepară dulci sau acrite cu aguridă, corcoduşe sau prune verzi, zeamă de lămîie sau oţet.

Ele pot fi servite, după gust, simple sau drese cu gălbenuş şi smîntînă.

18. Ciorbă de zarzavat şi legume

1 morcov, 1 păstîrnac, 1 pătrunjel, 3 cepe, 4 cartofi, o mînă de fasole verde, 4—5 roşii, 2 ardei, 1 dovlecel, 1 vînătă, 1/4 varză, 2 linguri unt sau margarină, pătrunjel verde, sare.

Tot zarzavatul se curăţă şi se taie : ceapa se taie mărunt, morcovul, pătrunjelul şi ţelina în fire subţiri, dovleceii, vînăta, cartofii în bucăţi, roşiile şi ardeii în felii. Se recomandă ca roşiile să se opărească şi să se cureţe de pieliţă. Zarzavatul astfel tăiat se sărează şi se înăbuşă cu unt, afară de cartofi, roşii şi ardei. Cînd zarzavatul s-a muiat, se adaugă cartofii şi apă rece şi cînd este aproape fiert, se adaugă o parte din ardei şi roşii, iar restul dat prin maşină se adaugă după ultimul clocot.

Se serveşte cu pătrunjel verde sau, după gust, se poate drege cu un gălbenuş de ou şi smîntînă, iar înainte de a se servi la masă, se adaugă zeamă de lămîie.

19. Ciorbă de cartofi

1 kg cartofi, 4 cepe, verdeaţă, roşii, sare, ardei verzi.

Cartofii curăţaţi şi tăiaţi în bucăţi se pun să fiarbă cu apă rece, sare şi ceapă tăiată mărunt. Cînd au fiert, se adaugă o parte din pătrunjelul verde tăiat mărunt. Se drege cu gălbenuş de ou, smîntînă şi zeamă de lămîie. Vara se adaugă roşii şi ardei. Înainte de a se servi, se presară cu restul de pătrunjel verde tăiat mărunt.

20. Ciorbă de lobodă

1 kg lobodă, 2 cepe, 3 linguri orez, sare, verdeață, 4 linguri smîntînă, 2 gălbenușuri și o lingură de unt sau margarină.

Loboda curățată și bine spălată se fierbe în apă clocotită cu sare odată cu ceapa tăiată mărunt. Se adaugă și orezul, iar cînd totul este fiert, se drege cu gălbenuș de ou, smîntînă și se adaugă pătrunjel verde tocat. Se poate servi și fără a fi dreasă, iar untul se poate înlocui cu ulei.

21. Ciorbă de vîrf de hamei

Se prepară la fel ca ciorba de lobodă. Se poate prepara și fără nici un fel de grăsime.

22. Ciorbă de roșii I

1 1/2—2 kg roșii, 3 cepe, 1 morcov, 1 păstîrnac, 1 pătrunjel, o mînă de fasole grasă, 2—3 cartofi, verdeață, 1 lingură zahăr, 2 linguri orez, 3 linguri ulei, sare.

Roșiile, zarzavatul și jumătate din cantitatea de ceapă se spală, se taie și se pun la fiert cu apă rece și sare. Cînd sînt bine fierte se trec prin sită, iar zarzavatul se taie în bucăți mici. Separat se înăbușă în ulei restul de ceapă tăiată mărunt, fasolea tăiată bucățele și orezul. Se picură apă și cînd fasolea este bine fiartă, se adaugă zeama de roșii și zarzavatul fiert, ardei copți curățați de pieliță și tăiați felii, 1—2 ardei cruzi. Se adaugă zahărul. Se servește cu pătrunjel verde tocat și un pahar de zeamă de roșii crude.

Se mai poate prepara și cu toată cantitatea de ceapă pusă la fiert odată cu fasolea.

23. Ciorbă de fasole uscată

300 g fasole uscată, 1 morcov, 1 păstîrnac, 1 pătrunjel, cimbru, 2 cepe, sare, pătrunjel verde.

Fasolea aleasă se spală și se pune la muiat din ajun în apă rece. A doua zi se pune la fiert în altă apă rece. Cînd dă primul clocot, se schimbă apa, înlocuindu-se cu alta fierbinte. Se adaugă ceapa tăiată mărunt. În momentul cînd fasolea este pe jumătate fiartă, se adaugă zarzavatul tăiat în fire subțiri. Sarea se adaugă numai cînd a plesnit pielița fasolei. În timpul verii, se adaugă felii de roșii și de ardei. Se servește cu pătrunjel verde sau cu mărar verde tocat.

24. Ciorbă de linte

½ kg linte, 1 morcov, 2 cepe, 1 pătrunjel, 1 căpăţînă de usturoi, 1 fir cimbru, sare.

Lintea aleasă şi spălată se pune la fiert în apă rece. După primul clocot, se adaugă zarzavatul curăţat şi tăiat în patru, usturoiul întreg, sarea şi cimbrul. Cînd lintea este bine fiartă, se serveşte cu pătrunjel verde tocat. Se mai poate servi şi cu unt sau cu ulei.

25. Ciorbă de dovlecei

6—8 dovlecei tineri, 2 legături pătrunjel, 2 legături mărar, 2 cepe, 4 legături ceapă verde, 4 roşii, 4 ardei.

Dovleceii curăţaţi de coajă se taie în bucăţi mici şi se pun la fiert cu apă rece, ceapă tăiată mărunt şi sare, iar cînd sînt aproape fierţi, se adaugă roşiile felii, ardeiul, ceapa verde tăiată mărunt şi verdeaţa. Se poate servi cu ou, smîntînă şi zeamă de lămîie.

26. Ciorbă de roşii II

2 kg roşii, 2 cepe, 1 ceaşcă orez, 1 lingură zahăr, 2—3 linguri ulei, pătrunjel verde, sare.

Ceapa tăiată mărunt se pune să fiarbă cu apă rece. După cîteva clocote se adaugă roşiile şi se lasă să fiarbă bine. Se trece totul prin sită. Separat se înăbuşă orezul în ulei, se picură puţină apă fierbinte şi apoi se pune la fiert. După ce a scăzut apa şi este aproape fiert, se toarnă orezul în zeama de roşii strecurată şi se fierbe bine. La urmă se adaugă zahărul şi se serveşte cu pătrunjel verde tocat mărunt, un pahar de zeamă de roşii crude şi ardei daţi prin maşina de carne împreună cu frunze de ţelină, toate adăugate în ultimul moment pentru a revitaminiza ciorba.

BORŞURI

Umplerea borşului (v. 495).

Borşurile drese cu smîntînă şi ou sînt excelente.

27. Borş de dovlecei

6 dovlecei tineri, 2 legături pătrunjel, 2 legături mărar, 4 cepe, 2 legături ceapă verde, 4 roşii, 4 ardei, 1 l borş.

Se curăţă dovleceii, se taie bucăţele, se pun la fiert cu apă rece cît să-i cuprindă, ceapă tăiată mărunt şi sarea ne-

cesara, iar cînd dovleceii sînt fierți, se adaugă borșul, se potrivește de acru și, după ultimul clocot, se adaugă felii de roșii, ardei și verdeață. Se drege cu gălbenuș de ou și smîntînă. Se servește cu pătrunjel verde tocat mărunt.

Toate borșurile trebuie bine sărate.

28. Borș de fasole verde

1 kg fasole verde, restul de cantități aceleași ca la borșul de dovlecei.

Se prepară la fel ca borșul de dovlecei (v. 27).

29. Borș de cartofi

1 kg cartofi, restul de cantități aceleași ca la borșul de dovlecei.

Se prepară la fel ca borșul de dovlecei (v. 27). Se adaugă și o crenguță de cimbru.

30. Borș de urzici cu hamei

1 kg urzici, 1/2 kg hamei, 4 cepe, 1 lingură orez, sare, 1 l borș.

Urzicile alese și bine spălate se pun la fiert în apă clocotită cu sare și ceapă tăiată mărunt. Orezul și vîrfurile de hamei se adaugă în momentul cînd urzicile sînt fierte numai pe jumătate. Borșul se adaugă la urmă, după ce au fiert toate zarzavaturile și se potrivește de acru după gust. Se servește fie simplu, fie dres cu gălbenuș de ou și smîntînă.

31. Borș de sfeclă

2 sfecle potrivit de mari, 4 cartofi, 4 cepe, 2 legături pătrunjel, o crenguță cimbru, sare, 1 l borș.

Se curăță sfecla, se taie fire lungi, se dă sare și se lasă să stea puțin ca să lase zeamă. Se stoarce, se pune la fiert cu ceapă tăiată mărunt și cînd este de ajuns de fiartă se adaugă cartofii fierți bucăți. Se mai lasă să dea un clocot și se acrește cu borș. Se adaugă verdeață, crenguța de cimbru și la urmă de tot zeama scursă de la sfeclă. Se servește rece.

32. Borș de fasole uscată

300 g de fasole uscată, 1 morcov, 1 păstîrnac, 1 pătrunjel, 3 cepe, pătrunjel verde, sare, 1 l borș.

Fasolea se spală și se pune la muiat din ajun. A doua zi se pune la fiert cu apă rece. După ce a dat primul clocot se aruncă apa în care a fiert și se înlocuiește cu altă apă fier-

binte. Se pune din nou la fiert pînă ce plesnește pielița, se adaugă sarea, zarzavatul tăiat în fire subțiri și ceapa tăiată mărunt. Borșul se adaugă numai după ce fasolea a fiert pe deplin, se mai lasă să dea un clocot și se servește cu leuștean și pătrunjel verde tocat mărunt.

33. Borș de fasole uscată cu mînătărci

1/4 kg fasole, 200 g mînătărci, 2—4 cepe, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 păstîrnac, sare, 1 l borș.

Mînătărcile sau hribii se spală de cu seară în apă rece și se pun la muiat pînă a doua zi cu apă călduță. Fasolea se alege, se spală și se pune de asemenea la muiat tot din ajun. A doua zi se pune la fiert fasolea, se lasă să dea un clocot și se schimbă apa cu alta tot fierbinte ; ceapa și zarzavatul tăiate mărunt precum și sarea se adaugă numai după ce fasolea a fiert pe jumătate. Se scot mînătărcile din apa în care s-au muiat, se spală bine cu apă rece, se taie felii subțiri și se pun la fiert cu apa în care s-au muiat, strecurată printr-o cîrpă curată.

Cînd și fasolea și mînătărcile sînt fierte, se pun în același vas, se adaugă borșul potrivindu-se de acru, și se mai lasă să clocotească. Se servește rece cu pătrunjel verde tocat mărunt.

34. Borș de zarzavat

4—5 cepe, 2 morcovi, 2 pătrunjei, 3—4 cartofi, sare, 2 păstîrnaci, 1 l borș.

Toate zarzavaturile tăiate în fire subțiri se pun la fiert cu apă rece, cu ceapa tăiată mărunt și sarea necesară. Cartofii tăiați bucăți se adaugă cînd zarzavatul este aproape fiert. Borșul se adaugă numai după ce au fiert toate bine. Se prepară la fel cu borșul de dovlecei (v. 27). Se mai adaugă orez sau macaroane, după gust.

SOTEURI, LEGUME CU SMÎNTÎNĂ, PIREURI ŞI SUFLEURI SĂRATE

SOTEURI

Reguli de observat

Soteurile trebuie servite la masă fierbinţi, cu o culoare frumoasă, bine fierte, cu legumele întregi, nezdrobite, nu prea scăzute, iar untul se adaugă în ultimul moment.

Pentru a menţine culoarea verde, condiţia principală este ca legumele să fiarbă direct în apă clocotită cu sare, la foc repede şi neacoperite. Se fierb într-o cantitate mică de apă, atît cît să le acopere şi să nu mai rămînă lichid, după ce au fiert.

Pentru ca legumele albe să-şi menţină culoarea, se fierb acoperite, în apă clocotită cu sare şi puţin lapte.

Pentru a nu se sfărîma şi pentru a le păstra sărurile minerale şi vitaminele, cea mai bună metodă este de a le fierbe în abur, în vasul special cu găuri ce se găseşte în comerţ. După ce sînt bine fierte, se trec legumele într-o crăticioară, se adaugă puţin unt proaspăt şi se ţin pe baia de apă pînă ce sînt servite la masă.

Dacă nu avem vas special, vezi instrucţiuni la Cap. Vitaminele, pag. 6.

Soteurile se prepară cît mai aproape de ora mesei şi se păstrează pe baia de apă.

Pentru a le mări valoarea alimentară, se dau preparatului vitaminele necesare, adăugîndu-se o parte din unt în ultimul moment peste soteul fierbinte.

Toate soteurile se servesc cu crochete de griş sau cu frigănele (v. 43, 44).

35. Sote de mazăre verde

1½ kg mazăre, 100 g unt, sare, mărar, pătrunjel, zahăr.

Se curăţă mazărea, se aşază în cratiţă cu atîta lichid fierbinte (apă sau zeamă de carne), cît s-o acopere şi se lasă să fiarbă pînă ce scade. Dacă mai este necesar se mai adaugă lichid, picurînd cîte puţin. Se pune zahăr după gust, sare, mărar, pătrunjel tocat mărunt. În momentul cînd se serveşte,

se mai adaugă unt proaspăt. Dacă mazărea este prea tînără, se va mări cantitatea pînă la 2—2½ kg.

36. Sote de fasole verde

1½ kg fasole, 100 g unt, sare.

Se alege fasole tînără și se procedează la fel ca la soteul de mazăre, fără să se adauge zahăr.

37. Sote de morcovi

1½ kg morcovi, 100 g unt, sare, zahăr.

Se taie morcovii felii sau se dau prin răzătoarea mare și se pregătesc la fel ca soteul de mazăre (cu zahăr).

38. Sote de spanac

2 kg spanac, 100 g unt, sare.

Se alege spanacul, se îndepărtează codițele prea groase, se spală bine în multe ape, ca să nu mai aibă nisip, apoi se pune la fiert în apă clocotită și sare. După ce a fiert bine, se strecoară și se servește cu unt proaspăt pe deasupra, ca garnitură la diferite fripturi.

39. Sote de conopidă

2—3 conopide (după mărime), 100—150 g unt, sare.

Se alege conopida albă și nevătămată. Se curăță de frunzulițele verzi și se ține 10—15 minute în apă rece. Se fierbe în apă clocotită cu sare fie întreagă, fie desfăcută în bucheţele și pentru a-i menține culoarea albă, se adaugă și puțin lapte. Se strecoară, se așază în vasul în care se servește și se adaugă unt proaspăt în momentul cînd se duce la masă.

40. Sote de cartofi

1½ kg cartofi, 200 g unt, sare.

Cel mai gustos și mai hrănitor sote de cartofi este cel fiert în abur. Cartofii nu se pot fierbe prin înăbușire la fel cu celelalte legume, ci trebuie fierți în apă cît mai multă și apoi strecurați. Prin fierbere în apă, o mare parte din sărurile minerale și vitamine rămîn în zeama strecurată. De acea această zeamă nu se aruncă, ci se întrebuințează la supe, ciorbe, sosuri. Nu se ține de azi pe mîine deoarece se înnegrește. Pentru sote, cartofii trebuie să rămînă întregi, după ce au fiert. Se pun într-un vas ce merge la cuptor, se adaugă untul

și se păstrează în baia de apă pînă ce sînt dați la masă. Se servesc cu pătrunjel verde tocat mărunt.

41. Sote de dovlecei

50 dovlecei în floare, 100 g unt, sare.

Se aleg dovlecei tineri, se curăță de floare, se spală și dacă nu se pot fierbe în abur, se fierb în apă clocotită cu sare atît cît să-i acopere cînd sînt fierți și bine scăzuți, li se adaugă untul. Se servesc cu pătrunjel verde tocat și se păstrează în baie de apă pînă ce se servesc la masă.

42. Sote de varză de Bruxelles

1½ kg varză, 200 g unt, sare.

Se aleg verzișoarele, se curăță de foile galbene, veștede și de cotoare și se spală în mai multe ape. Se fierb descoperite în apă clocotită cu sare, atît cît să le cuprindă. Dacă apa a scăzut și varza încă nu este fiartă, se mai adaugă cîte puțină apă fierbinte pînă ce sînt suficient de pătrunse. Cînd verzișoarele sînt bine fierte și bine scăzute, se adaugă untul și se pune vasul în baie de apă pînă ce se servește la masă. *Observație.* Verzișoarele trebuie să fie bine fierte, dar trebuie să rămînă întregi.

43. Crochete de griș (garnitură la soteuri)

½ pahar griș, 3 pahare lapte, 1 lingură unt, 1—2 ouă, sare.

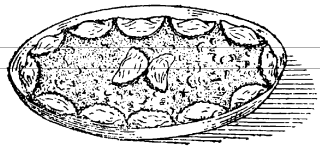
Se fierbe grișul în lapte puțin îndulcit — sau simplu — după gust, cît mai gros, așa ca o mămăligă. Se lasă să se răcorească și se amestecă bine de tot cu 1—2 ouă întregi. Se toarnă compoziția pe un fund curat presărat cu făină. Se face un rulou, care se taie în felii. Se rulează fiecare felie pe planșetă în formă de crochete și se rumenește în grăsime bine încinsă. Se pregătesc în ultimul moment și se prăjesc numai în grăsime foarte bine încinsă. Altfel grăsimea este absorbită de crochete care devin indigeste.

44. Friganele (garnitură la soteuri)

6—8 felii franzelă, 1—2 ouă, lapte cît cuprinde, 2 linguri unt.

Se taie franzela în felii nu prea subțiri și se pune să se moaie bine în lapte puțin sărat și puțin îndulcit — sau neîndulcit — după gust. Se dă fiecare bucată prin ou bătut și se trece direct în grăsimea bine încinsă. Se rumenește pe amîn-

două părțile. Se prepară numai în ultimul moment, înainte de a fi servite și se prăjesc în grăsimea foarte bine încinsă, pentru a nu se îmbiba cu grăsime.



LEGUME CU SMÎNTÎNĂ

Legumele cu smîntînă se pot prepara fie separat fiecare legumă, fie mai multe feluri de legume la un loc.

Smîntîna se amestecă cu puțină făină pentru a nu se preface în unt.

45. Fasole verde cu smîntînă

1½ kg fasole, 1 pahar smîntînă, 100 g unt, mărar, sare.

Se alege fasole cît mai tînără și fără ațe. Se curăță de vîrfuri și codițe, se spală și repede se pune la fiert în puțină apă clocotită cu sare, atît cît s-o acopere ; cînd este fiartă și bine scăzută se poate prepara în două feluri :

1. Se adaugă unt și smîntînă peste fasolea fiartă și scăzută și se servește imediat.

2. O parte din smîntînă se amestecă cu o linguriță de făină, se toarnă peste legume, se adaugă puțin unt și se dă la cuptor pînă ce prinde o culoare frumoasă. În momentul cînd se servește se adaugă și restul de smîntînă și unt, dînd astfel preparatului și vitaminele necesare.

46. Cartofi cu smîntînă

1 kg cartofi, 1 pahar smîntînă, 100 g unt, sare, 1 linguriță făină.

Se pot prepara în două feluri :

1. Se curăță cartofii de coajă și se fierb în apă clocotită cu sare sau în abur. Dacă sînt prea mari, se taie în sferturi

și după ce au fiert se așază în vasul care merge la cuptor. O parte din smîntînă se amestecă cu o linguriță de făină și se toarnă peste cartofi. Se adaugă și untul și se dă la cuptor 15 minute.

2. Se fierb cartofii în coaja lor și se curăță apoi de coajă, se taie felii, se așază în vasul care merge la cuptor, se toarnă deasupra o parte din smîntînă amestecată cu o linguriță de făină și se dă la cuptor. În momentul cînd se servesc, la ambele feluri se toarnă deasupra restul de smîntînă și untul.

47. Conopidă cu smîntînă

2—3 conopide (după mărime), 1 pahar smîntînă, 100 g unt, sare, 1 linguriță făină.

Se alege conopida albă, frumoasă și fără pete. Se curăță de frunzulițele verzi și se ține în apă rece 10—15 minute, întreagă sau despărțită în buchețele. Se fierbe în apă clocotită cu sare și puțin lapte pentru a-i menține culoarea albă; cînd este fiartă se scoate cu spumiera și se așază în vasul care merge la cuptor și în care se va și servi. Se toarnă deasupra o parte din smîntînă amestecată cu o linguriță de făină și o parte din unt și se dă la cuptor pînă prinde o culoare frumoasă. În momentul cînd se servește, se mai adaugă restul de smîntînă și unt.

48. Dovlecei cu smîntînă

50 dovlecei în floare, 1 pahar smîntînă, 100 g unt, sare, 1 linguriță făină.

Se curăță dovleceii de floare și de codițe, se fierb în apă fierbinte sărată și se prepară la fel ca fasolea verde cu smîntînă.

49. Varză de Bruxelles cu smîntînă

$1^1/_2$ kg varză, 1 pahar smîntînă, 100 g unt, sare, 1 linguriță făină.

Se prepară un sote peste care se toarnă smîntînă amestecată cu o linguriță de făină și unt. Se dă la cuptor pînă ce prinde o culoare frumoasă. Se servește cu restul de unt și smîntînă adăugate în ultimul moment.

50. Varză dulce cu smîntînă

1—2 verze (după mărime), 1 pahar smîntînă, 100 g unt, sare, 1 linguriță făină.

Se alege varză bine îndesată și cu foi subțiri. Se curăță, se spală bine, se taie sferturi sau felii mai subțiri și se fierbe

în apă clocotită cu sare. Se scoate, se așază în vasul care merge la cuptor. Se toarnă deasupra smîntîna amestecată cu o linguriță de făină și se dă la cuptor pînă ce capătă o culoare frumoasă. Se servește cu unt și cu restul de smîntînă pe deasupra.

51. Ciuperci cu smîntînă

750 g ciuperci, 1 pahar smîntînă, 100 g unt, sare, 1 linguriță făină.

Se aleg ciupercile, se curăță, se spală bine în multe ape. Se taie în felii atît ciupercile, cît și cotoarele. Se înăbușă în apă cu sare pînă ce fierb complet. Se adaugă smîntîna simplă sau amestecată cu o linguriță de făină și unt și se dau la cuptor 15—20 minute. În momentul cînd se servesc, se mai adaugă smîntînă și unt.

52. Praz cu smîntînă

4—5 fire praz (după mărime), 1 pahar smîntînă, 100 g unt, sare, 1 linguriță făină.

Se alege prazul, se curăță de foile veștede, se spală, se taie bucăți și se fierbe în apă clocotită cu sare. Se înăbușă cîteva minute în unt și puțin lapte. Se așază în vasul care merge la cuptor și se toarnă deasupra smîntîna amestecată cu o linguriță de făină. Se dă la cuptor 15—20 minute și se servește cu unt și smîntînă adăugate în ultimul moment.

53. Varză dulce cu orez și smîntînă

1—2 verze, 3 ceșcuțe orez, 1 pahar smîntînă, 100 g unt, sare, 1 linguriță făină.

Se curăță varza, se taie în sferturi sau în felii subțiri. Se pune să dea cîteva clocote în apă sărată și se scurge. Orezul ales și spălat se înăbușă în unt, apoi se fierbe astfel ca să rămînă bobul întreg. Se așază în vasul care merge la cuptor un rînd de varză, un rînd de orez, apoi iar un rînd de varză, se toarnă deasupra o parte din smîntînă și se dă la cuptor să se rumenească. Se servește cu restul de smîntînă pe deasupra.

54. Varză dulce tocată cu smîntînă

1—2 verze, 1 pahar smîntînă, 100 g unt, sare, 1 linguriță făină.

Se curăță varza, se separă foile, se opăresc în apă clocotită cu sare. Se suprapun mai multe foi, se rulează și se

taie cît mai fin. Se fierb în puţină apă clocotită cu sare. După ce au fiert bine şi au scăzut, se adaugă untul şi smîntîna. Se mai poate adăuga şi bulion sau roşii.

55. Legume asortate cu smîntînă

$1\frac{1}{2}$ kg legume asortate, 1 pahar smîntînă, 100 g unt, sare, 1 linguriţă făină.

Fasole verde, dovlecei, conopidă, varză dulce, un morcov, cartofi, toate curăţate şi tăiate bucăţi se fierb în apă clocotită cu sare. Se aşază în vasul care merge la cuptor, se toarnă deasupra smîntînă amestecată cu o linguriţă de făină şi se dau la cuptor să se rumenească.

Se pot prepara şi fără să se mai dea la cuptor, în acest caz însă se pun pe foc să mai dea cîteva clocote.

Şi într-un caz şi în altul, se adaugă unt şi smîntînă în momentul cînd se servesc.

PIUREURI

Reguli de observat

Bine reuşite, trebuie să fie prezentate fierbinţi, alifioase.

Se respectă toate condiţiile de fierbere a legumelor pentru soteuri

Trebuie lucrat cu o mare repeziciune.

Se pregătesc aproape de ora mesei, iar dacă nu este cu putinţă, se ţin în baia de apă pînă ce se servesc.

Pentru ca piureurile să se poată bate bine, se va pune legumă într-o oală sau o cratiţă mai mare, astfel încît să se poată lucra nestingherit.

Cum se prepară orice piureu:

Legumele se fierb şi se dau prin sită. Untul se topeşte în vasul în care se va freca piureul şi se adaugă puţină făină, care nu se rumeneşte, apoi se adaugă legumele. Se amestecă totul foarte bine şi cît de repede şi se toarnă laptele clocotit, amestecînd mereu la foc potrivit pînă ce piureul devine spumos. În momenul cînd se serveşte, se mai adaugă şi restul de unt.

Toate piureurile se prepară la fel.

56. Piure de cartofi

$1\frac{1}{2}$ kg cartofi, 150 g unt, lapte, sare.

Se fierb cartofii curăţaţi de coajă în apă cît mai puţină, sărată, sau dacă este posibil în abur.

Se scurg, se trec prin sită (sau pentru economie de timp, se zdrobesc unul cîte unul cu furculiţa în oala în care au fiert) şi apoi se bat bine la un foc moale fie cu furculiţa, fie

cu telul, adăugîndu-se și laptele clocotit, puțin cîte puțin. Se adaugă untul, se potrivește de sare și se servește sau se ține în baia de apă. După gust se poate adăuga puțin zahăr.

57. Piure de spanac

2 kg spanac, 2 linguri unt, 1 pahar lapte, 1 lingură făină.

Se curăță și se spală bine spanacul, se fierbe în apă clocotită. Se scurge bine de zeamă, se toacă mărunt și se așază în cratiță cu unt, sau cu un sos de făină. Se fierbe pînă scade. În loc de sosul cu făină se poate amesteca cu smîntînă.

SUFLEURI SĂRATE

Reguli de observat

Toate sufleurile au la bază un amestec de făină cu zeamă de la fiertul legumelor.

Sufleurile sărate, bine reușite, sînt frumos crescute și bine rumenite. Pentru aceasta se observă următoarele reguli:

Se prepară numai cu o oră înainte de a fi servite.

Se lucrează repede.

Ouăle trebuie să fie cît mai proaspete, cuptorul bine încins.

Legumele verzi, care conțin mai multă apă, se storc printr-un tifon curat, iar zeama obținută se întrebuințează la opărit făina.

Se servesc imediat după ce s-au copt, crescute și rumenite.

Dacă se țin prea mult la cuptor, sau nu sînt servite la timp, dau îndărăt.

Unele legume se dau prin sită, altele se sfărîmă bine cu lingura.

În afară de sufleurile din legume, se mai prepară și sufleuri din ficat, creier, brînză. Toate au la bază o cantitate de făină opărită cu zeama rămasă de la fiertul legumelor sau al cărnii, și unt.

58. Sufleu de conopidă

2 conopide potrivite, 4 linguri unt sau margarină, 4 gălbenușuri, 4 albușuri, 200 g cașcaval sau brînză de oi, 4 linguri smîntînă, $^1/_2$ pahar zeamă în care au fiert conopidele, 5 linguri făină, sare.

Din conopida fiartă ca pentru soteuri se opresc cîteva bucheţele frumoase, care se vor adăuga întregi, iar restul se strecoară și se sfărîmă. Amestecul de făină se prepară astfel: în zeama clocotită rămasă de la fiert se adaugă unt și sare, se toarnă făina toată deodată, se amestecă repede, apoi se lasă să se răcească. Se freacă spumă 4 linguri unt, se adaugă făina opărită, gălbenușurile, smîntîna, cașcavalul sau brînza

jumătate rase și jumătate bucățele. Se amestecă bine și apoi se adaugă albușurile spumă. Se pune compoziția în formă unsă, se coace la foc iute. Cînd a crescut bine și este rumen se servește cu caşcaval ras.

Cine dorește poate adăuga în oricare din sufleuri bucățele de zarzavat fiert, mazăre, șuncă sau parizer, caşcaval etc., în momentul cînd se prepară. Se servește cu unt proaspăt adăugat în ultimul moment.

59. Sufleu de spanac

1½ kg spanac, 2 linguri unt sau margarină, 2 linguri făină, 1 pahar smîntînă, 100 g brînză rasă, 3—4 ouă.

Se curăță spanacul, se spală în mai multe ape reci. Se pune la fiert în apă clocotită cu sare ; cînd este bine fiert se trece prin sită sau prin mașina de carne sau se toacă pe tocător. Se prepară amestecul de făină ca la sufleul de conopidă.

Se poate micșora numărul de ouă — sînt suficiente numai 2 sau 3 — de asemenea se poate prepara și fără smîntînă.

60. Sufleu de dovlecei

1 kg dovlecei, 2 linguri unt, 2 linguri făină, 1 pahar smîntînă, 100 g brînză rasă, 2—3 ouă.

Se curăță dovleceii de coajă, se taie în bucăți și se fierb în foarte puțină apă cu sare. Se scurge apa, se mărunțesc și se procedează ca la sufleul de conopidă cu deosebire că se pune ceva mai multă făină.

61. Sufleu de fasole verde

1 kg fasole, 2 linguri unt, 2 linguri făină, 1 pahar smîntînă, 100 g brînză rasă, 2—3 ouă.

Se curăță fasolea, se spală, se taie cuburi cît mai mici și se fierbe în apă puțină. Mai departe se prepară la fel cu sufleul de dovlecei.

Fasolea se poate fierbe întreagă, apoi se taie după ce s-a scurs de apă. Principalul este să nu rămînă zeamă în fasole.

62. Sufleu de mazăre verde

Se prepară ca sufleul de fasole verde.

63. Sufleu de pătlăgele roșii

1½—2 kg roșii, 100 g macaroane, 250 g caşcaval sau brînză, 2 linguri unt, 2 linguri făină, 2—3 ouă.

Se prepară un piureu mai gros de roșii, punîndu-le să fiarbă tăiate bucăți și apoi strecurate. Separat se fierb 100 g macaroane bine sfărîmate și după ce au fiert se amestecă cu o parte din caşcavalul ras, sau cu brînză și cu unt. Se prepară sosul alb, care se amestecă cu roșiile și cu restul din caşcavalul tăiat în cuburi. Se adaugă gălbenușurile unul cîte unul și la urmă albușurile spumă. Se unge cu unt vasul care merge la cuptor. Se toarnă ¼ din compoziție, apoi macaroanele, iar deasupra restul de compoziție și se dă la cuptor.

64. Sufleu de cartofi

1½ kg cartofi, 250 g brînză, 2 linguri unt, 1 ceaşcă lapte, 2—3 ouă.

Piureul de cartofi se amestecă cu puțină brînză rasă, două gălbenușuri, o ceaşcă cu lapte, sare și se bate bine. Se adaugă albușurile bătute spumă. Se unge cu unt vasul care merge la cuptor, se toarnă compoziția și se coace, iar cînd se servește, se adaugă deasupra smîntînă și unt proaspăt.

SOSURI RECI

65. Sos simplu de ulei

Ulei, sare, verdeaţă, oţet — zeamă de lămîie (facultativ).

Se amestecă uleiul cu sarea, pătrunjel verde tocat şi zeamă de lămîie sau oţet. Se toarnă peste zarzavatul fiert şi răcit, rasol de peşte etc.

66. Sos de muştar

1 linguriţă muştar, ulei, zeamă de lămîie — oţet (facultativ), verdeaţă, sare.

Se amestecă bine muştarul cu sare, se adaugă ulei, zeamă de lămîie şi verdeaţă tocată mărunt. Se amestecă cu zarzavatul fiert, rece, sau se serveşte cu rasol de peşte.

67. Sos de muştar cu gălbenuşuri

1—2 gălbenuşuri, 3 linguri ulei, 1 linguriţă muştar, zeamă de lămîie, verdeaţă, sare.

Se freacă gălbenuşul crud cu sare şi muştar, pînă ce devine alifios. Se adaugă ulei, zeamă de lămîie şi verdeaţă (pătrunjel, tarhon, după gust). Se serveşte cu legume, rasol, ouă fierte.

68. Sos maioneză

3 gălbenuşuri, 1/4 kg ulei, 2 linguri zeamă de lămîie sau sare de lămîie dizolvată în apă, 1 linguriţă muştar.

Se freacă gălbenuşurile crude bine, pînă se amestecă complet cu sare, muştar şi puţină zeamă sau sare de lămîie. Se adaugă apoi ulei, la început puţin cîte puţin, apoi în cantitate mai mare şi cînd s-a turnat jumătate din cantitatea de ulei, se adaugă şi restul de zeamă de lămîie tot cîte puţin, alternîndu-se apoi cu uleiul pînă ce se termină întreaga cantitate de ulei şi de lămîie. Se potriveşte de sare şi de acru.

Pentru ca maioneza să reușească, ouăle trebuie să fie foarte proaspete, iar uleiul de bună calitate. Mușțarul și zeama de lămîie puse de la început împiedică în mod garantat să se taie maioneza și îi dau și un gust bun.

Dacă se întîmplă să se taie maioneza atunci cînd nu i se adaugă mușțar sau lămîie, se drege în modul următor: 1) se freacă un gălbenuș crud cu sare și se adaugă puțin cîte puțin în maioneză, pînă se termină toată cantitatea; 2) dacă totuși se va întîmpla să nu se repare, se ia un gălbenuș fiert, se fărîmițează foarte bine, se adaugă puțin cîte puțin în maioneză pînă ce se termină; 3) o metodă și mai simplă: se adaugă 1—2 linguri de apă în maioneza tăiată și se freacă repede pe locul unde este apa.

Maioneza preparată numai cu gălbenușuri fierte este indigestă și îi lipsesc și vitaminele necesare, ce se găsesc în gălbenușurile crude.

69. Sos maioneză subțiat

Maioneză, zeamă de zarzavat, 1—2 castraveciori acri, verdeață, sare.

Maioneza se subțiază cu zeamă de zarzavat. Se mai adaugă castraveciori acri tocați, pătrunjel verde, tarhon, iar cine dorește, și capere. Se potrivește de sare și de acru. Această maioneză se servește pe lîngă rasol, pește, creier, limbă, resturi de carne, zarzavaturi.

Maioneza subțiată este mai ușor de digerat.

70. Maioneză pentru acoperirea preparatelor

Pentru a obține o maioneză mai consistentă se amestecă maioneza cu aspic topit, rece. Pentru a spori cantitatea de maioneză se amestecă cînd este gata cu albușul bătut spumă tare.

71. Maioneză verde

Maioneză, suc verde.

Pentru a colora maioneza în verde se procedează astfel: se clocotesc cîteva minute spanac, pătrunjel și ceapă verde. Se trec prin sită și se storc, iar sucul verde rezultat se amestecă cu maioneza, care astfel capătă o culoare frumoasă verde.

72. Sos de tarhon

Maioneză, tarhon, ceapă verde, pătrunjel verde.

La sosul maioneză se adaugă puțin tarhon, pătrunjel verde și ceapă verde, toate tăiate mărunt. Se servește pe lîngă peștele rasol.

73. Sos de castraveți acri

Maioneză cu tarhon, 1 castravecior — capere.

La sosul maioneză cu tarhon, se adaugă un castravecior acru, tăiat mărunt și cîteva capere. Se servește la rasolul de pește.

74. Sos de usturoi (mujdei)

2—3 căpățîni usturoi, zeamă de carne.

Se pisează cîțiva căței de usturoi și se toarnă peste ei zeamă de carne sau apă fierbinte. Se servește la rasolul de găină sau de vacă, pui la frigare etc.

SOSURI CALDE

Sosurile sînt necesare în alimentație, deoarece provoacă și întrețin pofta de mîncare. De aceea nu trebuie suprimate complet, ci trebuie alese, dînd fiecăruia ceea ce prieste organismului său.

Sosurile trebuie preparate astfel, încît să fie perfect digestibile și să excite secreția sucurilor gastrice. De aceea vor fi evitate pe cît posibil sosurile cu făină și ceapă prăjită.

Se pot prepara sosurile astfel: grăsimea, făina și ceapa se pun odată la fiert, iar sarea se presară printre legume și carne, în momentul cînd se pun la fiert.

Mîncarea se mai poate prepara și fără făină, numai cu ceapă rasă care se pune o dată cu carnea și zarzavatul la fiert.

Sosul se mai poate lega și astfel: se amestecă puțină făină cu apă sau cu smîntînă și se adaugă în mîncare spre sfîrșitul fierberii.

Toate mîncările cu sos sînt mai digestibile dacă sînt scăzute la cuptor.

Sosul romînesc. Sosul romînesc, după vechiul procedeu se prepară astfel: se rumenește făină în grăsime și se adaugă ceapă tăiată mărunt sau întîi ceapa și apoi făina, se stinge

cu apă sau zeamă de carne și se lasă apoi să fiarbă. Se toarnă peste mîncarea ce se prepară, se adaugă bulion și se lasă să mai fiarbă. Ca să fie mai fin, acest sos se poate strecura, înainte de a se pune în mîncare.

Sosurile digestibile preparate după o nouă metodă nu schimbă cu nimic gustul mîncărilor.

Dăm mai jos diferite moduri de a prepara sosurile, astfel încît să nu dăuneze nici unui organism, fie sănătos, fie la dietă :

1. Se pune ceapa la fiert o dată cu carnea. După ce a fiert carnea și s-au adăugat legumele respective, deci mîncarea este aproape gata, se adaugă făina desfăcută separat în apă rece sau în zeama din mîncare. Se mai lasă să fiarbă cam $^1/_2$ oră.

2. Ceapa se poate înăbuși în grăsime, fără să se rumenească, picurîndu-i-se cîte puțină apă. După ce s-a muiat ceapa, se adaugă apă mai multă și se lasă să fiarbă mult. Se strecoară în mîncare și se adaugă și făina desfăcută ca la nr. 1.

3. Sosul se poate prepara și fără ceapă, pentru persoanele care sînt la dietă și cărora le este interzisă ceapa. Se fierbe carnea, se adaugă leguma respectivă, iar la urmă făina amestecată cu apă sau cu smîntînă.

4. Se așază în cratiță carnea și leguma respectivă, și se presară printre ele făină și ceapă tăiată mărunt, roșii și verdeață. Se pune mîncarea direct la cuptor. Acest procedeu se poate folosi numai cînd carnea este fînără și poate fierbe în același timp cu legumele. Acest mod de a pregăti mîncarea este cel mai ușor și dă un produs foarte digestibil.

5. Sosurile preparate cu amestec de grăsime : untură, unt ulei, margarină sînt cît se poate de gustoase. Untul se adaugă în ultimul moment și nu se mai fierbe mîncarea.

Toate mîncările cu sos de făină sînt mult mai digestibile fierte la cuptor.

Sosurile calde se împart în trei categorii :

— Sosuri albe
— Sosuri galbene
— Sosuri roșii cu bulion

Toate sosurile albe au la bază făina neprăjită, care se stinge cu zeamă de carne, de legume, lapte sau smîntînă. Se adaugă o bucată de unt cînd sînt gata. Pînă la întrebuințare sosurile albe se păstrează în baie de apă.

75. Sos alb simplu

1 lingură unt, 1 lingură făină, apă.

Se pune la înfierbîntat într-o tigaie o lingură de grăsime și cînd este bine încinsă se adaugă o lingură de făină. Se amestecă mereu la foc moale, fără ca făina să-și schimbe culoarea. Se stinge cu apă fierbinte, care se adaugă puțin cîte puțin, amestecîndu-se într-una ca să nu se facă cocoloașe.

76. Sos alb cu zeamă de carne

Sosul alb preparat ca în rețeta precedentă se poate stinge cu zeamă de carne de vacă, pește, pasăre etc.

77. Sos de smîntînă și caşcaval

8 linguri sos alb, 6 linguri smîntînă, 100 g caşcaval, 1 lingură unt.

În sosul alb preparat fie cu apă, fie cu zeamă de carne, se adaugă la urmă caşcaval ras și cîte o lingură de smîntînă pentru fiecare persoană. Se servește peste legume sau pește alb la cuptor.

78. Sos de cartofi

1/2 lingură făină, 2—3 linguri unt, 4—5 cartofi, lapte, mărar, 4—5 linguri smîntînă.

În sosul alb preparat cu mai puțină făină se adaugă cartofi fierți și trecuți prin mașină, cît mai fierbinți. Se amestecă mereu și repede și se adaugă cîte puțin lichid: apă, zeamă de carne, lapte. Se adaugă mărar și pătrunjel verde tocat mărunt și puțină smîntînă. Se servește peste jumătăți de ouă fierte tari.

Se prepară numai în ultimul moment și se păstrează numai pe baia de apă.

79. Sos de lapte

2 linguri unt, 2 linguri făină, lapte, sare.

Se prepară un sos alb cu unt și două linguri de făină și se stinge cu lapte clocotit. Se poate adăuga puțină zeamă de carne și puțină smîntînă. Se servește peste diferite preparate care merg la cuptor ca: legume, pește etc.

80. Sos de hrean

1 rădăcină hrean, 1/2 pahar smîntînă, 1 lingură unt, oțet, sare, 1 lingură făină.

Se prepară un sos alb care se stinge cu apă, zeamă de carne sau lapte (v. 79). Se fierbe bine, se adaugă hrean ras și

înăbușit în unt sau în margarină. După ce a mai fiert puțin, se adaugă smîntîna și se mai dă cîteva clocote. Se dă la o parte. După gustul fiecăruia se mai poate adăuga la urmă puțin oțet clocotit cu sare și zahăr. Se servește pe lîngă rasol de carne.

81. Sos de usturoi

1 lingură unt, 1 lingură făină, oțet, usturoi, sare.

Se prepară un sos alb (v. 75), la care se adaugă o linguriță de oțet și de usturoi pisat. Se lasă să fiarbă încet un sfert de oră și se servește la rasol.

82. Sos de mărar cu smîntînă

Sos alb, 2—3 linguri smîntînă, mărar, sare.

Se prepară un sos alb stins cu lapte (v. 79). Se adaugă 2—3 linguri de smîntînă și mărar fin tocat. Se lasă la foc domol să mai dea 2—3 clocote. Se servește la rasol sau la ouă fierte tari.

83. Sos alb pentru pește

Sos alb, 100 g caşcaval, 200 g ciuperci, 3—4 linguri smîntînă, 1 lingură unt.

Se prepară un sos alb (v. 75) care se stinge cu zeamă de pește și lapte. Se fierbe bine, se trece prin sită, se adaugă puțin caşcaval ras, ciuperci înăbușite în unt, puțină smîntînă.

În cazul că nu se poate trece prin sită, se freacă mai mult și repede.

84. Sos anghemaht

1—2 lămîi, 1 lingură făină, 1 lingură unt, zeamă de lămîie, sare.

Se prepară un sos alb stins cu zeamă de carne de vițel sau de pasăre. Se adaugă zeamă de lămîie și felii de lămîie fără coajă.

85. Sos ciulama

3 linguri făină, 3—4 linguri unt, zeamă de carne.

Se prepară un sos alb cu făină în cantitate mai mare. Se stinge cu zeamă de carne sau de legume, amestecînd fără încetare pînă fierbe bine. Se adaugă bucățile de carne și se păstrează pe baie de apă. Se poate adăuga și puțin lapte, care îi dă gust bun.

86. Sos alb pentru bușeuri

1 morcov mic, 1 țelină mică, 5—6 cartofi, pătrunjel 1/4 kg mazăre, 1/4 kg fasole verde, 1/4 kg conopidă. 1/2 kg ciuperci, și în plus carne de pasăre, creier și limbă, fierte, 1/2 pahar smîntînă, 100 g caşcaval, unt făină, sare.

Se taie legumele în bucățele mici, iar carnea în fileuri. Se prepară un sos alb care se stinge cu zeama în care au fiert zarzavaturile și carnea. Se fierbe sosul bine și se adaugă carnea, legumele și zarzavaturile, limbă, creier, 1/2 pahar de smîntînă și puțin caşcaval. Cu această compoziție se umplu bușeurile (v. 605). Se poate prepara numai cu unul sau două feluri din produsele animale de mai sus.

Sosurile galbene au la bază gălbenuș de ou. Poartă diferite numiri după alte ingrediente care li se adaugă ca : zeamă de lămîie, esență de ciuperci, de pasăre etc. Se prepară în ultimul moment și se păstrează în baie de apă înainte de a fi servite.

87. Sos muselin

150—200 g unt proaspăt, 3 gălbenușuri crude, sare, 1 lingură de zeamă de lămîie.

Se freacă totul într-un vas care se așază apoi în alt vas mai mare plin cu apă și se ține pe mașină. Se continuă să se frece pînă ce conținutul se înfierbîntă și capătă consistența unei maioneze. Pentru ca să fie cît mai fin și mai gustos, în momentul cînd se servește se amestecă cu 3—4 linguri de frișcă nebătută. Se servește pe lîngă sparanghel, rasol de găină, creier, limbă etc.

88. Sos muselin (imitație)

1—2 gălbenușuri, zeamă de lămîie, sos alb, sare

Se prepară un sos alb mai subțire și se amestecă fierbinte cu 1—2 gălbenușuri crude, sare și zeamă de lămîie, după gust. Se servește la rasol de pasăre, pește, sparanghel etc. Acest sos este mai gustos dacă se stinge numai cu lapte sau cu zeamă de carne.

89. Sos de ciuperci

$^1/_2$ kg ciuperci, 3 cepe, $^1/_4$ pahar vin, 2—3 gălbenușuri, $^1/_2$ pahar smîntînă, zeamă de lămîie.

Se taie ceapa și se înăbușă în vin alb. Se fierb ciupercile tăiate felii. Se strecoară și cu zeama rezultată se prepară un sos alb, la care se mai adaugă și zeamă concentrată de carne (de preferat carne de vițel sau pasăre). Cînd este încă fierbinte, se amestecă bine cu 2—3 gălbenușuri crude și apoi cu $^1/_2$ pahar de smîntînă și zeamă de lămîie. La urmă se adaugă și ciupercile fierte. Se păstrează în baie de apă și se servește cu rasol de legume, creier, limbă, vițel, pasăre.

90. Sos de hrean

2 gălbenușuri, 2 linguri smîntînă, 2—3 linguri hrean ras, sare, zeamă de lămîie, oțet.

Se amestecă gălbenușurile cu smîntîna și hreanul ras. Se pune vasul în baia de apă. Se adaugă sare, zeamă de lămîie și oțet. Acest sos nu se fierbe.

Sosurile roșii au la bază vara pătlăgelele roșii, iarna bulionul de roșii.

Zeama de ciuperci, sau ciuperci fin tăiate, adăugate la orice sos cald, dau un gust special acestuia.

91. Sos de zarzavat pentru fripturi

Se așază friptura la tavă pe un strat de zarzavaturi tăiate bucățele și cîțiva căței de usturoi. Cînd friptura este gata, se scoate în alt vas, iar zarzavatul se trece prin sită, apoi se adaugă 2—3 linguri de smîntînă frecată cu puțină făină (un vîrf de cuțit). Se pune la foc, se adaugă vin alb sau zeama de la carne, dacă friptura a fost marinată. Se fierbe sosul pînă scade și se servește cald pe lîngă fripturi, mușchi împănat, vînaturi etc.

92. Sos de roșii

10—12 roșii, 3—4 cepe, 1 lingură unt sau grăsime, puțin zahăr.

Acest sos se poate prepara fără făină, dacă se lasă roșiile să scadă pînă se îngroașă sosul.

Se înăbușă ceapa cu grăsime. Se adaugă roșiile rupte și se trece totul prin sită. Se pune la fiert la foc foarte iute și se scade. După gust se adaugă puțin zahăr. Se servește pe lîngă fripturi, rasol, macaroane, orez, omletă etc.

După cercetări recente s-a constatat că pieliţa roşiilor conţine o cantitate de vitamine de trei ori mai mare decît miezul. De aceea, se recomandă ca roşiile să fie trecute întregi prin maşina de carne şi apoi strecurate pentru a le separa de seminţe.

93. Sos ostropel

2—3 cepe, 1 lingură grăsime, ½ lingură făină, 1 căpăţînă usturoi, 4—5 roşii, sare, 1 lingură bulion.

Se prepară în două feluri : cu roşii sau fără roşii.

Se înăbuşă ceapa în grăsime, se adaugă usturoiul tăiat fin, făina şi se stinge cu apă sau zeamă de oase fierbinte. Cine vrea adaugă bulion sau zeamă de roşii. Se poate prepara fără ceapă.

94. Sos de muştar

2—3 cepe, 2 linguri muştar, 1 pahar vin alb, 1 lingură grăsime, sare, piper.

Se înăbuşă ceapa tăiată mărunt, se adaugă puţină făină (un vîrf de cuţit), se stinge cu zeamă de carne sau de zarzavat şi cu un pahar de vin alb. Se mai lasă să fiarbă bine, se trece prin sită, se potriveşte de sare, piper, şi se adaugă două linguri bune de muştar. Se poate servi lîngă orice friptură.

95. Sos marinat

2—3 cepe, făină, oţet, 4—5 roşii, usturoi, bulion sau roşii.

Sosul marinat se prepară în mai multe feluri :

— cu ceapă sau fără ceapă

— cu bulion sau fără bulion

— cu făină sau fără făină (cînd trebuie păstrat mai multă vreme se prepară fără făină, iar la întrebuinţare i se adaugă un sos cu făină.

Sosul marinat se prepară astfel (fiecare îl va prepara aşa cum doreşte) : se rumeneşte ceapa prin înăbuşire îndelungată, se pune un vîrf de cuţit de făină, se stinge cu oţet amestecat cu apă fierbinte. Se adaugă bulionul sau roşiile strecurate, usturoi tăiat mărunt, piper, foi de dafin, ienibahar, se potriveşte de acru şi de sare şi se lasă să fiarbă bine ; cînd este bine fiert, se adaugă bucăţile de peşte prăjit, se mai lasă să dea 2—3 clocote şi se serveşte rece cu felii de lămîie.

Această marinată se poate păstra la borcane cu un strat de ulei rece pe deasupra. Dacă se păstrează un timp mai în-

delungat, se suprimă complet făina, iar peștele se frige la grătar.

96. Sos de vin

4—5 cepe, 1 pahar vin alb, 1/2 lingură făină, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1/2 țelină.

Se prepară un sos de zarzavat trecut prin răzătoarea mică, se adaugă făină, se stinge cu zeamă de carne, un pahar de vin alb și roșii. Se strecoară, se mai fierbe puțin și cînd se servește, se mai adaugă o lingură de vin.

97. Sos picant I

2—3 cepe, 3 linguri unt, făină puțină, 1 lingură bulion, 2 castraveciori în oțet, sare, piper, usturoi — după gust.

Se taie 2—3 cepe și se înăbușă în unt, untură sau ulei. Se sting cu oțet în care a fost pus din ajun usturoi pisat. Se fierbe pînă scade bine de tot. Se adaugă un vîrf de cuțit de făină, apoi bulion și zeamă de carne sau de ciuperci. Se fierbe din nou pînă ce scade. Se trece prin sită, se adaugă castraveciori tăiați fin și, cine dorește, ciuperci marinate, tăiate fin. Se potrivește de sare și piper. Se servește pe lîngă fripturi și vînaturi.

98. Sos picant II

3—4 cepe, 1 morcov, 1 pătrunjel mic, 1/2 țelină, 1 pahar oțet, 1/2 frunză de dafin, 4—5 linguri smîntînă, 1 linguriță făină, sare, piper.

Se fierbe zarzavat de toate felurile în supă concentrată. Se adaugă un pahar de oțet, 1/2 frunză de dafin, ienibahar, cuișoare, piper, nucșoară, cimbru. Se fierbe acoperit. Se strecoară și se drege cu smîntînă amestecată cu o linguriță făină. Se potrivește de sare, piper și se servește mai ales pe lîngă vînaturi sau fripturi de vacă și berbec.

99. Sos picant de roșii

3 kg roșii. 125 g zahăr, 1 linguriță piper pudră, 1 1/2 lingură boia de ardei dulce, 1 lingură mușțar, 1/2 lingură sare, 1 1/2 lingură oțet.

Roșiile se pun la fiert, se trec prin sită și se pun din nou la fiert pînă ce zeama începe să se îngroașe; se adaugă zahărul, piperul, boiaua, mușțarul, sarea și la urmă oțetul. Se mai lasă să clocotească pînă ce capătă consistența dorită. Se servește rece sau cald pe lîngă fripturi reci sau calde, macaroane, cartofi fierți sau orice altă legumă. Acest sos se

păstrează pentru iarnă (v. Conservarea alimentelor de natură vegetală, p. 377).

100. Sos de zarzavat

1 morcov mic, 1 pătrunjel, 1 păstîrnac, 1 ţelină, 3 linguri bulion, 5—6 roşii mari, 3—4 cepe, 1 cartof, 4 linguri ulei, vin, sare, 1/2 foaie de dafin, ienibahar.

Se rade sau se taie ceapa mărunt într-o cratiţă cu tot zarzavatul ras, se toarnă uleiul, se înăbuşă pe maşină şi se adaugă puţină apă. Se dă sare, se fierbe şi spre sfîrşit se adaugă foile de dafin. Ca să fie mai fin, se trece prin sită şi se mai fierbe şi cu vinul. Acest sos se întrebuinţează la mîncări reci de iepure, limbă, gîscă, raţă cu măsline, la fripturi etc.

101. Sos pentru fripturi

2 linguri smîntînă, făină, zeamă de lămîie.

În sosul scurs de la friptură, de la care s-a ridicat grăsimea, se adaugă două linguri smîntînă, amestecată cu un vîrf de cuţit de făină. Se pune să mai dea un clocot, apoi se adaugă zeamă de lămîie şi se serveşte la friptură. Acest sos se poate lega cu făină amestecată cu apă şi se fierbe totdeauna în tava în care s-a fript carnea, în timp ce carnea se taie şi se aşază în farfuria de servit. După gust se pot adăuga în sos mere rase.

102. Sos pentru buşeuri şi volovan

1 lingură unt, 1 linguriţă făină, puţină mazăre şi fasole verde, 1 creier, şuncă şi puţină limbă, 1 cartof, foarte puţin morcov, ţelină, carne de pasăre (piept), ciuperci.

1. Sosul alb cu bază de smîntînă se prepară astfel:

Se fierb toate ingredientele şi se taie bucăţi. Se prepară sosul alb cu zeamă de carne în care au fiert şi zarzavaturile şi ciupercile; cînd sosul este bine fiert, se adaugă zarzavaturile tăiate cuburi, carnea şi legumele şi se lasă să scadă. Înainte de a servi se adaugă smîntîna şi cine doreşte poate adăuga şi o lingură de caşcaval ras. Se lasă să mai dea un clocot şi se umplu buşeurile cu o parte din sos, iar cealaltă se pune în sosieră. În loc de carne se poate prepara cu peşte, în care caz se adaugă mai mult caşcaval.

Se poate simplifica, reducînd unele din alimentele enumerate mai sus.

2. Sosul roşu se prepară la fel cu cel alb, se colorează însă cu bulion.

SALATE VERZI ŞI SALATE DIFERITE

Reguli de observat

Toate salatele (în afară de salatele verzi) sînt mult mai gustoase dacă se prepară cu mult înainte de masă, ca să se îmbibe cu sos.

Zarzavaturile trebuie să fie bine fierte.

Pe lîngă oţetul de vin se mai foloseşte şi zeamă de lămîie, aceasta pentru a le da vitaminele necesare şi un gust deosebit.

Se presară cu pătrunjel verde tocat, care le dă gust şi vitamine.

Cine doreşte poate presăra şi cu hrean. Hreanul le dă un gust foarte bun şi o cantitate mare de vitamine.

Legumele verzi se fierb în puţină apă clocotită cu sare şi descoperite. Legumele albe se fierb acoperite şi cu puţin lapte, pentru a-şi menţine culoarea.

Se amestecă cu ulei numai cînd zarzavatul este călduţ, mai ales cartofii trebuie să fie cît mai calzi şi dacă este nevoie se adaugă puţină apă călduţă, cu care se îmbibă bine cartofii.

Se garnisesc cu salată verde, măsline, roşii etc.

Unele salate se servesc la începutul mesei, pentru a deschide pofta de mîncare, altele se servesc la sfîrşitul mesei, pentru a ajuta la digestie, iar altele pe lîngă fripturi, ca garnitură. Salatele conţin o mare cantitate de vitamine.

Cantitatea de ulei variază de la o salată la alta. Salata de cartofi şi cea de vinete cer mai mult ulei.

103. Salată de cartofi

1½ kg cartofi, 2 cepe, ¼ pahar ulei, oţet, zeamă de lămîie, sare, 150 g măsline, 2 legături verdeaţă.

Cartofii fierţi şi curăţaţi de coajă se taie în bucăţi. Ceapa se taie fin şi se pune la muiat cu sare. Măslinele se desărează cu apă caldă. Se amestecă în salatieră cartofii, ceapa şi măslinele. Cînd cartofii sînt calzi încă, se toarnă deasupra uleiul amestecat cu oţet, puţină zeamă de lămîie, sare şi verdeaţă tocată. Se garnisește cu măsline şi felii de ouă răscoapte, iar vara cu felii de roşii, salată verde, ceapă verde şi castraveţi tăiaţi felii subţiri. Cînd cartofii au absorbit lichidul, se adaugă puţină apă caldă şi se amestecă mereu. Se poate prepara cu oricare din sosurile reci.

104. Salată de țelină

1 kg țelină, 2 linguri ulei, oțet, verdeață, sare.

Țelina fiartă și răcită se taie în bucăți. Se așază pe farfurie, deasupra se toarnă uleiul amestecat cu oțet, sare, verdeață tocată. Cine dorește poate pune și măsline.

105. Salată de conopidă

2 conopide, ulei, oțet, 2 legături de verdeață.

Conopida ruptă în bucățele se fierbe într-un vas acoperit, în apa clocotită cu sare și puțin lapte, ca să rămînă albă. Se scurge de apă, se așază în farfurie, se toarnă deasupra uleiul amestecat cu zeama de lămîie sau oțet, sare și verdeață tocată mărunt. Conopida trebuie să fie foarte bine fiartă.

SALATE VERZI

Salatele verzi se prepară din lăptuci cu căpățînă, lăptuci crețe, marule, untișor, hațmațuchi.

Se aleg cît mai proaspete și cît mai fragede.

Toate salatele verzi trebuie spălate foarte bine, spre a îndepărta atît nisipul, cît și viermișorii care eventual ar fi depuși pe frunze. Este bine ca după ce au fost spălate să se țină cîteva minute în apă sărată.

Salatele verzi se pregătesc numai în apropierea mesei pentru a-și păstra frăgezimea și gustul. Se prepară un amestec de ulei cu oțet sau zeamă de lămîie, care se bate bine și apoi se toarnă peste salată. După gust, în acest amestec se poate freca și o linguriță de muștar. În salatele verzi se poate adăuga și ceapă verde tăiată fin. Mărarul și pătrunjelul sînt însă obligatorii. Pentru a le mări cantitatea de vitamine, se mai poate adăuga leușteau sau tarhon, tăiate mărunt.

Frunzele mai groase care nu se întrebuințează la salată, se aleg și se pot folosi la prepararea supei de lăptuci la care se adaugă ceapă verde mai multă.

106. Salată de lăptuci

2 căpățîni salată, 2—3 linguri ulei, 1 lingură oțet sau zeamă de lămîie, pătrunjel și mărar verde, sare.

Se preferă lăptucile cu căpățînă. Se îndepărtează foile veștede. Se desfac frunză cu frunză, se spală fiecare pe toate părțile și se pun într-o strecurătoare ca să se scurgă bine apa. Se așază în salatieră, se presară verdeața, sare și se toarnă deasupra sosul, se amestecă bine și se servește imediat.

La fel se prepară și salata de lăptuci crețe precum și marulele.

107. Salată de untişor şi haţmaţuchi

½ kg untişor şi haţmaţuchi, 2—3 linguri ulei, oţet sau zeamă de lămîie după gust, sare.

Se preferă salatele cu frunze mici. Se aleg frunzuliţele fără cozi, se spală bine, se scurg de apă, se aşază în salatieră şi se toarnă deasupra uleiul amestecat cu oţetul şi sarea.

SALATE DIFERITE

108. Salată de sparanghel

1 kg sparanghel, ulei, 1 lămîie sau oţet, sare, verdeaţă.

Sparanghelul curăţat şi spălat se leagă snop şi se pune la fiert în apă clocotită cu sare, astfel încît vîrfurile să nu fie în apă, iar vasul să fie acoperit pentru ca sparanghelul să-şi păstreze culoarea. După ce a fiert bine, se aşază în farfurie, se toarnă deasupra sos simplu de ulei, zeamă de lămîie sau oţet, sare şi verdeaţă tocată.

109. Sparanghel cu maioneză

1 kg sparanghel, maioneză.

Sparanghelul pregătit şi fiert (v. 108) se aşază în farfurie peste un şervet curat şi se serveşte cu sos maioneză servit în sosieră (v. 68).

110. Sparanghel cu sos verde

1 kg sparanghel, maioneză verde.

Se prepară şi se serveşte la fel ca salata de sparanghel cu deosebire că se serveşte cu sosul verde (v. 71).

111. Salată de dovlecei

4 dovlecei, ulei, oţet, sare şi verdeaţă.

Dovleceii fierţi în apă clocotită cu sare, în vas descoperit, se taie felii, apoi se toarnă deasupra sosul preparat cu ulei, oţet, sare şi verdeaţă tocată. Dovleceii mai mari se curăţă de coajă, care se rade.

112. Salată de praz fiert

3 fire de praz, 1 gălbenuş, 1 lingură muştar, ulei, oţet, 3 castraveciori acri, 2 legături de verdeaţă.

Prazul bine fiert în apă clocotită cu sare se taie în bucăţi mai mici, se aşază în farfurie, se toarnă deasupra sos

maioneză, subțiat și amestecat cu castraveciori acri, tăiați bucățele și verdeață tăiată mărunt sau orice fel de sos rece.

113. Salată de andive

$^1/_2$ kg andive, 2—3 linguri ulei, zeamă de lămîie sau oțet după gust.

Andivele spălate foarte bine se lasă să stea $^1/_4$ de oră în apă sărată. Nu se țin mult în apă deoarece se amărăsc. Se taie în bucățele sau partea groasă în lungime. Se așază pe farfurie și se toarnă deasupra un sos de ulei cu zeamă de lămîie, sare și puțin piper, toate bine amestecate. Se mai poate adăuga și puțin muștar. Salata de andive nu se prepară mult înainte de masă căci își pierde aspectul. Andivele adăugate la salatele de crudități, la salata de cartofi, boeuf etc. dau gust foarte bun.

114. Salată de fasole verde grasă

2 kg fasole verde, usturoi, ulei, oțet, 3 legături verdeață (1 pătrunjel — 2 mărar).

Fasolea, curățată și fiartă în apă clocotită cu sare, se lasă să se răcească. Se scurge de zeamă și se amestecă cu sosul preparat astfel: se amestecă uleiul cu oțetul, sarea, verdeața și usturoiul pisat. Se toarnă deasupra fasolei, amestecînd foarte ușor. Se poate servi și cu felii de roșii.

115. Salată de vinete

4—6 vinete, $^1/_2$ pahar ulei.

Vinetele se coc și se curăță imediat de coajă, ca să nu se înnegrească. Se toacă cu un cuțit de lemn și se bat imediat, fierbinți cu ulei. Se bat mult pînă ce devin albe și spumoase. Cine dorește pune și ceapă tocată mărunt. Salata se garnisește cu felii de roșii și ardei tăiat fin. Se mai poate servi în roșii scobite de miez, așezate pe o farfurie deasupra unui strat de ardei verzi grași, tăiați ca fideaua.

116. Salată de crudități

1 țelină, 1 ridiche neagră, 1 salată verde, $^1/_4$ varză dulce, 1 morcov, 3—4 mere, sare, 1—3 cartofi, 1—2 ouă muștar, oțet, ulei.

Se rad pe răzătoare toate zarzavaturile, se dă sare și se lasă să stea $^1/_2$ oră. Se fierb cartofii și calzi se taie în bucățele, se dă sare și se amestecă cu puțin ulei. Se prepară o maioneză din 1—2 ouă și muștar, care se subțiază cu zeamă de lămîie și oțet de vin. Se amestecă sosul cu tot zarzavatul

și se așază apoi pe farfurie. Se poate servi și cu andive sau salată verde.

117. Salată de castraveți

6 castraveți, 1/2 căpățînă usturoi, oțet, sare, piper, 1 pahar smîntînă, 2—3 linguri ulei.

Castraveții curățați de coajă se taie felii subțiri și se lasă un sfert de oră cu sare. Se storc de apa pe care și-au lăsat-o, se așază în farfurie, se amestecă cu oțetul și usturoiul pisat și după gust, se toarnă deasupra smîntînă. Se poate servi și fără smîntînă și fără usturoi adăugînd 2—3 linguri ulei și oțet după gust.

118. Salată de roșii

1/2 kg roșii, ulei, sare, verdeață, 2 cepe, piper, puțin usturoi și cimbru.

Roșiile spălate se taie felii, se amestecă cu ceapă tăiată mărunt sau felii; deasupra se toarnă ulei, se presară sare și verdeață tocată. Usturoiul și cimbrul îi dau un gust bun. Ceapa se toacă, nu se rade.

119. Salată de ardei grași

12 ardei, ulei, oțet, sare, verdeață.

Se aleg ardei grași, mari, proaspeți, se coc, se așază într-un vas, se presară cu sare și se lasă acoperiți, să se moaie bine. Se curăță de pieliță. Se rade codița, iar la mese mai deosebite, pentru ca să se prezinte frumos, se îmbracă codița în hîrtie staniol. Se servesc cu ulei, lămîie sau oțet, și verdeață tocată.

120. Salată de varză roșie

2 verze roșii, ulei, oțet, sare.

Foile de varză roșie, curățate de cotor, se spală, se rulează și se taie în fire lungi. Varza tăiată se freacă cu sare, se stoarce și se opărește cu oțet clocotit. Se toarnă deasupra ulei. Se poate garnisi cu varză albă. Salata de varză roșie se poate așeza în salatieră în straturi, alternînd cu salata de varză albă, ca garnitură.

121. Salată de varză albă dulce

1 varză mai mică, 3 linguri ulei, oțet, sare, piper

Se alege o varză îndesată și cu foile subțiri. Se desface fiecare foaie, se spală, se scoate partea groasă. Se suprapun

mai multe, se rulează și se taie ca tăiței. Se dă sare, se lasă 1—2 ore să se moaie. Se stoarce și se așază în salatieră cu zeama care s-a stors. Se amestecă cu ulei, oțet și se servește.

122. Salată de sfeclă

4—5 sfecle, oțet și ulei după gust, 1 rădăcină hrean, sare, chimen.

Sfecla coaptă se curăță de coajă și se taie felii, se așază în borcan, se presară cu sare și chimen, după gust, se toarnă deasupra oțet și ulei. Salata este mai bună dacă se ține cîteva zile la borcan. Se servește cu hrean ras. Dacă sfecla nu este destul de dulce, se presară cu zahăr tos.

123. Salată de boeuf

1/2 kg carne fiartă, 1/2 kg cartofi, 1/4 kg mazăre, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 țelină mică, 1—2 castraveciori murați în oțet, 1—2 gogoșari, 4—5 mere, 1/4 kg ulei, 1 lingură oțet, 3 gălbenușuri, 1 linguriță muștar, sare, piper, pentru garnituri: măsline, ouă răscoapte, gogoșari, pătrunjel verde.

Carnea fiartă sau friptă se taie cuburi mici. Cartofii fierți în coajă și curățați se taie în cuburi și se amestecă cu carnea, cu mazărea fiartă, țelina și morcovul rase crude, castraveciorii și gogoșarii tăiați cuburi. Merele se rad și se amestecă în ultimul moment. Se amestecă bine totul cu sarea și piperul, două linguri ulei și o lingură oțet. După gust se mai poate adăuga 250 g andive crude tăiate, 1/4 fasole verde și conopidă fierte.

Se prepară maioneza (v. 68) și cînd este gata, se amestecă o parte din cantitate cu legumele. Se așază salata în farfuria de servit, se dă forma dorită, se netezește cu cuțitul și se întinde restul de maioneză pe toată suprafața.

Se garnisește după dorință cu măsline, albuș, gălbenuș, gogoșari, boabe de mazăre, frunzulițe de pătrunjel etc. aranjate în diferite forme.

124. Salată rusească

1/2 kg cartofi, 1 morcov, 1/2 țelină, 1/4 fasole verde, 1/4 mazăre, 1 castravete proaspăt sau un castravecior murat, 1 lingură muștar, 1 pahar ulei, 5—6 mere, salată verde, maioneză, sare.

Se prepară la fel ca salata de boeuf (v. 123) însă fără carne.

Se amestecă cu sos maioneză (v. 68). Deasupra se întinde un strat de maioneză şi se garnisește cu diferite forme sau flori din măsline, gogoşari, albuş de ou, gălbenuş, mazăre verde, firişoare de pătrunjel etc. Se prepară cu 3—4 ore înainte de masă.

125. Salată orientală

Pentru cantităţi v. 124. Salată rusească, în plus salată verde, andive, hrean, roşii, castraveţi verzi, ardei graşi, varză.

Se prepară din toate felurile de legume şi zarzavaturi de sezon. Se potriveşte astfel cantitatea acestora ca la bază să fie cartofi. Să nu lipsească salata verde, iar andivele şi hreanul îi dau un gust deosebit. Se garnisește cu ouă fierte.

Unele zarzavaturi şi legume se pun fierte, iar altele crude şi rase pe răzătoare.

Legumele şi zarzavaturile se pregătesc astfel: cartofii se fierb în coajă, se curăţă apoi şi se taie felii; castraveţii se curăţă de coajă, se taie felii şi li se dă sare; ardeiul gras se taie în firişoare subţiri; morcovii şi ţelina se rad crude pe răzătoare (o parte din morcovi se pot pune şi fierţi, tăiaţi mici bucăţele); conopida se fierbe şi se desparte în mici buchețele; măslinele se desărează; fasolea verde grasă se fierbe şi se taie mici bucăţele, mazărea verde se fierbe; salata verde se taie firişoare; andivele crude se taie bucăţele; roşiile felii şi merele crude rase prin răzătoare se adaugă în ultimul moment. Varza se taie firişoare fine care se sărează separat.

Se amestecă bine toate legumele şi zarzavaturile care se găsesc în sezonul respectiv, iar deasupra se toarnă un sos de ulei şi oţet şi cine doreşte, muştar şi se amestecă bine.

126. Salată de varză crudă

4 roşii, 1/4 varză dulce, 1—2 castraveţi, 2 ardei graşi, mărar, pătrunjel, 1/4 kg cartofi fierţi, 1 ţelină rasă, sare.

Se prepară cu o oră înaintea mesei (v. 125), roşiile se adaugă numai cu 10 minute înainte. Se poate prepara cu sos de ulei sau cu sos maioneză şi se garnisește cu ouă răscoapte şi cu măsline.

127. Salată de ciuperci

½ kg ciuperci, ulei, oțet după gust, sare, piper, pătrunjel.

Ciupercile fierte bine se taie în felii, se amestecă apoi cu sos de ulei și oțet și pătrunjel tocat.

128. Salată ardelenească

2—3 scrumbii sărate, 2—3 ouă, 4—5 mere rase, 1 ceapă rasă, 2 linguri smîntînă, 5 linguri maioneză, 1 farfurie adîncă plină cu cartofi fierți.

Peștele sărat (heringi sau scrumbii) se curăță și se toacă mărunt. Se amestecă apoi cu cartofi fierți și tăiați felii, cu 2—3 ouă fierte, tăiate de asemenea felii, merele rase, ceapă rasă. Se amestecă toate cu puțin oțet îndulcit și cu două linguri de smîntînă. Deasupra se toarnă un sos maioneză (v. 68). Se așază pe farfurie și se ornează cu maioneză.

MÎNCĂRI RECI DE LEGUME

Reguli de observat

Toate mîncările capătă un gust mai bun şi sînt mai digestibile dacă se fierb în cuptor, unde se rumenesc mai bine.

Cît mai multă verdeaţă le dă gust bun, de asemenea şi usturoiul

Cu un strat de roşii la fund şi altul deasupra şi rumenite la cuptor, aceste mîncări sînt şi mai gustoase.

Iarna se mai poate adăuga zeamă de lămîie, iar vara, roşii trecute prin maşina de carne împreună cu ardei, verdeaţă şi frunze de ţelină şi adăugate în mîncare la ultimul clocot.

Sosurile prăjite se pot suprima (v. Sosuri calde). Uleiul nu se încinge niciodată şi se toarnă rece peste ceapă apoi se înăbuşă cu apă.

Mîncarea se fierbe cu sarea necesară, deoarece altfel nu are gust bun.

Ceapa se taie fin sau se rade direct peste mîncare. Niciodată nu se ţine ceapa tăiată mai mult timp, deoarece se amărăşte. Se rade direct peste sos şi se întrebuinţează imediat (v. cap. Vitaminele, p. 6).

Făina, sarea şi verdeaţa se presară printre rîndurile de legume. Pentru păstrarea sărurilor minerale şi a vitaminelor să se citească cu atenţie cap. Vitaminele, pag. 6.

129. Ghiveci

4 cartofi, 2 dovlecei, 2 vinete, 6 cepe, 1 conopidă mică, o mînă de fasole verde, o mînă mazăre verde, 2 căpăţîni usturoi, ½ varză mică, 10 roşii, 6 ardei, 1 morcov, 1 ţelină, 5 legături verdeaţă, 1 pahar ulei, sare.

Se spală zarzavatul, se curăţă, se taie bucăţele potrivite, se sărează şi se aşază în tavă, un rînd de zarzavat amestecat cu verdeaţă, un rînd de roşii. Deasupra se toarnă uleiul rece şi se dă la cuptor, la foc potrivit; cînd apa lăsată de zarzavat a scăzut bine de tot şi zarzavatul este bine fiert şi rumenit, ghiveciul este gata şi se dă la rece.

130. Vinete împănate

6 vinete, 3 căpăţîni usturoi, sare, 1 pahar ulei, 10 roşii, 5 legături verdeaţă, 10 cepe.

Se coc vinetele pe jumătate, se curăţă de coajă, se împănează cu usturoiul curăţat şi se aşază în tavă, la fund un

rînd de roşii, tăiate felii şi curăţate de sîmburi şi pieliţe, multă verdeaţă, ceapă înăbuşită, iar la urmă vinetele. Deasupra vinetelor se mai pune un strat de roşii cu verdeaţă, iar peste toate se toarnă uleiul rece. Se dau la cuptor pînă scade bine zeama de roşii, se lasă să se rumenească pe deasupra şi se servesc reci.

131. Vinete umplute cu zarzavat

6 vinete, 6 cepe, 2 morcovi, 2 păstîrnaci, 2 pătrunjei, 1 ţelină, 1 kg roşii, 1 pahar ulei, 5 legături verdeaţă, 2 căpăţîni de usturoi, 1 lingură făină, sare.

Vinetele spălate şi curăţate de coajă se taie pe jumătate în lungime, se scoate o parte din miez, se opăresc în apă clocotită cu sare, şi se umplu cu zarzavatul pregătit astfel: zarzavatul ras, usturoiul tăiat mărunt, ceapa tăiată în felii, miezul de la vinete se înăbuşă toate în jumătate pahar ulei şi puţină apă. Se potriveşte de sare, se pune şi verdeaţă şi se umplu vinetele. Astfel umplute, vinetele se aşază în tavă cu felii de roşii amestecate printre ele şi cu verdeaţă, toate presărate cu făină. Se adaugă restul de ulei, se dă la cuptor pînă ce scade bine. Zarzavatul trebuie să fie bine fiert. Se servesc reci.

132. Vinete cu măsline

4 vinete, 1/4 kg măsline, 1 pahar ulei, 6 cepe, 8 roşii, sare, 4 legături verdeaţă, 1 lingură făină.

Vinetele spălate şi curăţate de codiţe se taie bucăţi, se sărează, se lasă o jumătate de oră cu sare. Se storc de zeamă, se prăjesc în puţin ulei. Măslinele se pun la desărat. Se aşază vinetele într-o cratiţă peste un strat de roşii, se adaugă măslinele, roşii, verdeaţă şi restul de ulei rece. Se pun la fiert, se scade sosul şi se rumenesc bine. Făina, sarea şi verdeaţa se presară printre rînduri. Se servesc reci.

133. Vinete, ardei şi roşii la tavă

6 vinete, 12 ardei graşi, 10 roşii mari, 8 legături verdeaţă, 1 1/2 pahar ulei, 2 căpăţîni usturoi, sare.

Se aşază într-o tavă un rînd de roşii tăiate felii, un rînd de verdeaţă tocată, un rînd de vinete, coapte ca pentru salată şi curăţate, un rînd de ardei tăiaţi felii mai mari şi înăbuşiţi în ulei sau copţi, sare, usturoi tăiat fin, apoi din nou cîte un rînd din fiecare, astfel încît deasupra să rămînă un rînd de roşii. Se toarnă ulei şi se dă la cuptor, se scade bine şi se lasă pînă se rumeneşte. Se serveşte rece.

134. Dovlecei cu roşii

6 dovlecei, 10 roşii mari, 5 legături de verdeaţă ¼ pahar ulei, sare.

Dovleceii spălaţi şi curăţaţi se taie în bucăţi sau în felii şi se înăbuşă în puţin ulei. Se aşază în tavă, un rînd de roşii tăiate felii şi amestecate cu verdeaţă multă, un rînd de dovlecei. Se toarnă restul de ulei. Se dă la cuptor la foc potrivit pînă ce scade zeama de roşii şi se rumenesc pe deasupra. Se servesc reci.

135. Dovlecei umpluţi cu zarzavat

3 dovlecei, 1 morcov, 1 păstîrnac, 1 pătrunjel, 1 ţelină, 6 cepe, 10 roşii, 1 căpăţînă usturoi, 5 legături verdeaţă, 1 pahar ulei, 1 lingură făină.

Se prepară la fel ca şi vinetele umplute cu zarzavat. Făina se presară printre rînduri. Se serveşte rece.

136. Ciuperci cu roşii

1 kg ciuperci, 4 cepe, 10 roşii, 1 lingură făină, 1 pahar ulei, sare, verdeaţă.

Se curăţă ciupercile, se spală bine, se taie felii mai mari, se înăbuşă în ulei, peste ceapa fin tăiată. Se adaugă felii de roşii, verdeaţă şi făină. Se lasă să scadă şi să fiarbă bine ciupercile. Se servesc reci.

137. Mîncare de fasole grasă

1 kg fasole, 3—4 cepe, 4 linguri ulei, 500 g roşii, 2 ardei, verdeaţă, sare, 1 lingură făină.

Se pune ceapa cu sare, ulei şi apă să fiarbă pînă scade. Se adaugă fasolea curăţată de codiţe, se umple cu apă fierbinte şi se lasă să fiarbă; cînd este aproape fiartă, se adaugă 2—3 roşii curăţate de pieliţă şi o parte din verdeaţă, iar după ce au fiert bine, se adaugă făina amestecată cu apă rece. Se lasă să fiarbă mai departe şi după ultimul clocot se adaugă restul de verdeaţă tocată mărunt cu frunză de ţelină, roşii şi ardei daţi prin maşina de tocat, sau numai zeamă de roşii. Se serveşte atît rece, cît şi caldă.

138. Mîncare de cartofi noi

1 kg cartofi noi, restul cantităţilor ca la mîncarea de fasole grasă (v. 137).

Se prepară la fel ca mîncarea de fasole grasă, cu deosebirea că nu se pune făină. Se serveşte rece.

139. Țelină cu arpagic

1 kg țelină, 4—5 linguri ulei, 250 g arpagic, verdeață, sare.

Țelina curățată și tăiată felii rotunde se înăbușă în ulei și puțină apă, se așază în cratiță un rînd de țelină, un rînd arpagic, mărar și pătrunjel verde. Vara se pun și roșii, iarna bulion. Se dă la cuptor cu ulei. Se servește rece.

140. Mîncare de bame

750 g bame, 10 roșii, 3 cepe, 4 legături verdeață, 1/2 pahar ulei, sare, 1 lingură făină, 1 bob sare de lămîie.

Se curăță bamele numai de codiță, se opăresc cu puțină apă clocotită cu sare de lămîie, borș sau zeamă de roșii și sare. Se înăbușă ceapa tăiată mărunt în ulei, se adaugă bamele opărite și o parte din zeama de roșii, cîteva roșii mici întregi și o parte verdeață. Se lasă să fiarbă pînă ce scade, se adaugă făina amestecată cu apă rece și se mai lasă să fiarbă cam zece minute; cînd mîncarea a scăzut și bamele sînt bine fierte se toarnă deasupra restul de roșii trecute prin mașina de carne și verdeața tocată mărunt. Se servește rece.

Niciodată nu se curăță bamele de pieliță, deoarece își lasă un suc lipicios.

141. Praz cu măsline

6 fire praz, 8 roșii, 1/4 kg măsline, 3 cepe, 1 lingură făină, 1/2 pahar ulei, 4 legături verdeață.

Se prepară la fel ca vinetele cu măsline (v. 132). Se servește rece.

142. Roșii umplute cu orez

12 roșii, potrivite pentru umplut, 10 roșii mari, pentru sos, 1 pahar orez, 1 pahar ulei, 1 legătură verdeață, 1 linguriță piper, 3 ardei grași, 8 cepe, sare, 1 morcov, 1 linguriță făină.

Se spală roșiile, se taie căpăcelul, se curăță de semințe și se umplu cu următoarea compoziție: ceapa tăiată peștișori (felii subțiri) se înăbușă în ulei, se adaugă orezul spălat și se lasă să înflorească pe jumătate picurîndu-i puțină apă; se adaugă apoi felii de roșii fără semințe, felii subțiri de ardei, puțin morcov ras, sare, piper, verdeață tocată mărunt. Se înăbușă toate bine de tot și apoi se

umplu roşiile. Se aşază într-o tavă, fixînd căpăcelul cu o scobitoare. Se toarnă zeamă şi felii de roşii, amestecate cu făină şi se dau la cuptor să scadă. După gust se pot pune în sos 1—2 linguriţe de zahăr. Se rumenesc bine şi se servesc reci, bine scăzute.

143. Roşii umplute cu ciuperci

12 roşii, 500 g ciuperci, 7—8 cepe, verdeaţă, sare, 1 morcov, 1 pahar ulei.

Se aleg roşii rotunde, bine coapte, însă tari. Se spală, se taie căpăcelul, se curăţă de seminţe, li se scoate miezul şi se pun la scurs. Între timp se prepară umplutura: se înăbuşă ceapa tăiată mărunt cu morcovul ras şi cu ciupercile tăiate felii subţiri. Se adaugă o linguriţă de făină, piper şi verdeaţă. Roşiile, bine scurse, se umplu cu această compoziţie, se aşază în vasul care merge la cuptor, şi se dau la cuptor. Se servesc reci.

144. Roşii umplute cu zarzavat

12—14 roşii pentru umplut, 1 kg roşii pentru sos, 5—6 cepe, 1 morcov, 1 păstîrnac, 1 vînătă, 1 ţelină, 1 lingură făină, 1 pahar ulei, usturoi, sare.

Se prepară le fel ca vinetele umplute cu zarzavat (v. 131).

145. Ardei umpluţi cu orez

10—12 ardei, restul de cantităţi la fel ca la roşiile umplute cu orez (v. 142).

Se prepară la fel ca roşiile umplute cu orez, cu singura deosebire că ardeii se pot prăji după ce au fost umpluţi şi apoi li se toarnă pe deasupra sosul. Se servesc reci.

146. Varză dulce cu orez şi roşii

1 varză, 1 pahar orez, 6 cepe, 10 roşii sau bulion, sare, 1 pahar ulei, 3 legături verdeaţă, piper.

Ceapa tăiată felii se înăbuşă în ulei, se adaugă orezul şi $^1/_2$ pahar de apă şi se lasă să înflorească pe jumătate, se adaugă felii de roşii, verdeaţă, sare şi se aşază apoi în cratiţă, un rînd de varză opărită şi tăiată mărunt, un rînd din orezul fiert pe jumătate, felii de roşii, se toarnă restul de ulei deasupra şi se dă la cuptor. Se lasă pînă scade zeama de la roşii şi se serveşte rece. Boabele de piper, puse în săculeţ, se aşază peste primul strat de varză de la fund.

147. Sarmale cu orez

Aceleaşi cantităţi ca la varza dulce cu orez (v. 146) în plus borş.

Din compoziţia de orez, preparată ca pentru varza dulce cu orez, se fac sarmale. Se aşază în cratiţă un rînd de varză acră tocată mărunt, un rînd de sarmale, felii de roşii. Se umplu cu zeamă de varză, sau borş, sau zeamă de roşii ori bulion. Cine doreşte poate pune în orez şi stafide. Dacă se prepară cu varză dulce, se opăresc foile de varză, se umplu sarmalele cu borş şi se pun mai multe roşii.

148. Fasole bătută

1/2 kg fasole uscată, 1/4 kg ulei, 6 cepe, sare.

Fasolea aleasă şi spălată se pune în apă rece din ajun. A doua zi se pune la fiert la foc potrivit, în apă rece. După primul clocot, se schimbă apa şi se înlocuieşte cu alta fierbinte. Se pun şi două cepe întregi. După ce a fiert fasolea bine, se scurge de apă, se dă prin sită, se bate bine cu lingura de lemn şi se adaugă, potrivindu-se din sare, cîte puţină saramură concentrată (sare dizolvată în zeama scursă de la fiert) şi se bate mai departe. Se adaugă apoi şi uleiul încins, în care s-a prăjit ceapa tăiată felii pentru garnitură. Se bate bine fasolea pînă ce devine spumoasă. Se aşază pe farfurie, se garnisește cu ceapă prăjită şi cu o parte din fasole, turnată cu cornetul. Se serveşte cu varză acră şi ulei sau cu alte murături. (Saramura o face să fie pufoasă).

149. Linte bătută

1/2 kg linte, 1/4 l ulei. 5—6 cepe, sare.

Se prepară la fel ca fasolea bătută (v. 148) cu deosebire că nu se schimbă apa. Se potriveşte cantitatea de apă, aşa fel încît să nu rămînă lichid, decît atît cît trebuie pentru bătut.

150. Mazăre bătută

1/2 kg linte, 1/4 l ulei, 5—6 cepe, sare.

Se prepară la fel ca fasolea bătută (v. 148) cu deosebire că nu se schimbă apa.

151. Bob bătut

1 kg bob, 1/4 l ulei, 6 cepe, sare.

Se pune bobul la muiat din ajun cu apă caldă şi cînd este bine muiat, se înlătură pojghiţa care îl acoperă. Se pune apoi la fiert cu apă fierbinte, la foc domol şi se adaugă şi

ceapa. După ce a fiert bine și a scăzut, se scurge, se dă prin sită, se amestecă bine cu saramură concentrată și cu uleiul încins, în care s-a prăjit ceapa pentru garnitură. Se bate bine, pînă devine spumos. Se așază pe farfurie și se ornează ca și fasolea.

152. Iahnie de fasole uscată

½ kg fasole uscată, 6 linguri ulei, 6 cepe, sare, 3 linguri bulion, sau 4 roșii mari, piper, foaie de dafin, 1 morcov, 1 pătrunjel, țelină, pătrunjel verde.

Fasolea uscată, aleasă și bine spălată, se pune din ajun să se moaie în apă rece. A doua zi se pune la fiert; după primul clocot se schimbă apa cu alta fierbinte și se pune din nou la fiert, o dată cu ceapa înăbușită în ulei. După cîteva clocote, se adaugă zarzavatul tăiat mărunt sau ras, iar cînd a plesnit pojghița, se adaugă sare, piper, o foaie de dafin și puțin oțet, după gust. Se servește cu pătrunjel verde tocat pe deasupra și roșii trecute prin mașina de carne.

153. Iahnie de linte

½ kg linte, 6 linguri ulei, 6 cepe, 3 linguri bulion, piper, sare, 1 morcov, 1 pătrunjel, țelină, verdeață.

Se prepară la fel ca iahnia de fasole uscată (v. 152) cu deosebire că se mai adaugă usturoi și cimbru și nu se schimbă apa la fiert.

154. Iahnie de cartofi

1½ kg cartofi, 6 roșii sau 3 linguri de bulion, sare, verdeață, 6 linguri ulei, 5—6 cepe.

Ceapa tăiată felii se înăbușă în ulei, fără făină. Se adaugă cartofii curățați și tăiați sferturi, sare, verdeață tocată mai multă și apă cît cuprinde. La sfîrșit, după ce au fiert cartofii, se pune și bulionul. Se fierbe pînă ce scade și cartofii sînt bine fierți. În ultimul moment se adaugă roșii trecute prin mașina de carne. Se servește rece cu verdeață tocată mărunt.

155. Mîncare de țelină și dovlecei

3 țeline, 15 dovlecei în floare, ceapă verde, mărar și pătrunjel, 1 pahar ulei, 2 cepe, 5—6 roșii.

Se înăbușă ceapa în ulei și se stinge cu apă fierbinte. Se adaugă dovleceii și țelina curățate și tăiate în bucăți, și ceapa verde, roșiile și verdeața. Se scade la foc potrivit și se servește rece.

Reguli de observat

Se vor consulta toate recomandările făcute la mîncările reci din legume.

Se va citi cu atenție prepararea sosurilor calde și reci (v. p. 38).

Se va citi cu atenție capitolul Vitaminele, p. 6.

Untul și smîntîna se adaugă în ultimul moment; iaurtul, la unele mîncări, dă un gust foarte bun.

Dacă sosul este mai scăzut, mîncarea este mai gustoasă.

Cantitățile de unt sau de smîntînă se pot micșora sau chiar suprima, după posibilități și după cum prieste organismului.

Unele legume se întăresc dacă fierb o dată cu roșiile. De aceea mai întîi se opăresc sau se înăbușă.

Mîncările calde sînt mai gustoase dacă sînt rumenite la cuptor, iar mîncările cu sos de făină sînt mai digestibile.

În cazul cînd nu se pot ține la cuptor, mîncările se prepară și se țin pe colțul mașinii, înainte de a fi servite.

La mîncările cu sos de roșii, înainte de ultimul clocot, se adaugă 2—3 roșii, 1—2 ardei, frunză de țelină și verdeață date toate prin mașina de carne.

La pregătirea ciupercilor nu se aruncă nimic. Orice resturi de cotoare sau pieliță se strîng, se fierb și se întrebuințează la aromatul supelor și al sosurilor.

La orice mîncare caşcavalul poate fi înlocuit cu brînză.

Untul poate fi înlocuit cu grăsime de porc, pentru persoanele al căror organism primește untura de porc.

Verdețurile fiind foarte bogate în vitamine, trebuie să-și păstreze sucul; de aceea se vor toca pe un fund opărit cu apă clocotită, care nu mai absoarbe aceste sucuri.

La orice mîncare, mai ales la cele cu sos alb, se pot adăuga cîteva ciuperci, care dau un gust delicios.

Mîncările prea grase se degresează astfel: se lasă cratița pe colțul mașinii, pînă ce se ridică grăsimea deasupra, care apoi se scoate cu lingura.

Mîncările cu sos alb se țin în baia de apă înainte de a fi servite

156. Dovlecei cu roșii și iaurt

6 dovlecei, 10 roșii, 4 linguri unt, 5 legături de verdeață, sare, 2 pahare iaurt.

Dovleceii spălați, curățați, tăiați bucăți, se fierb în apă clocotită cu sare, se scurg de apă și se așază în vasul ce

merge la cuptor, un rînd de dovlecei, un rînd de roșii tăiate felii, amestecate cu verdeață tocată și sare. Ultimul rămîne un rînd de roșii. Se pun deasupra trei linguri de unt, se dau la cuptor să scadă și să se rumenească. Înainte de a se da la masă, se mai adaugă o lingură de unt. Se servesc calzi cu iaurt pe deasupra.

157. Dovlecei umpluți cu brînză

6 dovlecei, 200 g brînză de vacă, 2 cepe, 3 legături verdeață, 1—2 ouă, 3 linguri griș, 1/2 pahar smîntînă, 8 roșii, 2 linguri grăsime, sare.

Dovleceii spălați și curățați se taie în jumătate, se scobesc de miez și se umplu cu următoarea compoziție: se înăbușă bine puțină ceapă (se poate prepara și fără ceapă) tăiată mărunt, se amestecă cu brînza dată prin sită, grișul, o parte din verdeață tăiată mărunt, ouăle întregi și sare.

Dovleceii umpluți se prăjesc în grăsime bine încinsă pînă se rumenesc, apoi se așază în vasul care merge la cuptor, se toarnă deasupra zeama și roșiile curățate, se lasă să scadă, iar cînd sînt aproape gata, se adaugă o parte din smîntînă. Restul de smîntînă și verdeața tocată se adaugă în momentul cînd se servesc..

158. Dovlecei cu smîntînă

40 dovlecei în floare, 2 pahare smîntînă, 1 lingură unt, 1 lingură făină, sare.

Dovleceii curățați de floare se fierb în apă clocotită cu sare, atît cît să-i acopere, se strecoară și se așază într-o tavă, se toarnă deasupra o parte din smîntîna amestecată cu făină, sare, untul sau margarina și se dau la cuptor să se rumenească. Se servesc calzi cu restul de smîntînă și de unt proaspăt.

159. Dovlecei cu sos de roșii

6 dovlecei potrivit de mari, 10 roșii, 2 linguri grăsime, 1 lingură făină, 4 cepe, sare, verdeață.

Dovleceii spălați și rași de coajă se taie în bucăți în lungime. Se așază în cratiță, se toarnă deasupra apă fierbinte și, cînd sînt aproape fierți, se adaugă un sos de roșii cu puțină făină și se lasă să fiarbă cu sare și verdeață, pînă scade bine sosul. Se servesc cu iaurt sau smîntînă.

160. Cartofi cu brînză I

1 kg cartofi, 2 linguri grăsime, 1—2 ouă, 1 pahar lapte, 100 g caşcaval sau brînză, sare.

Cartofii cruzi se taie în felii rotunde, se înăbuşă în grăsime şi se adaugă apoi ouăle fierte răscoapte, amestecate cu brînza, laptele şi sarea. Se dau la cuptor.

161. Cartofi cu brînză II

1½ kg cartofi, ¼ kg brînză telemea, 4 ouă, 1 pahar smîntînă, 1 lingură unt, sare.

Cartofii fierţi, răciţi, tăiaţi felii, se aşază într-o tavă unsă cu unt, un rînd de cartofi, un rînd de brînză amestecată cu ouăle crude, smîntîna şi sarea, pînă se umple tava. Deasupra se pune untul şi restul de smîntînă şi se dau la cuptor să se rumenească. Se servesc cu unt proaspăt pe deasupra.

162. Cartofi înăbuşiţi cu smîntînă

1½ kg cartofi, 2 linguri unt, 1½ pahar smîntînă, 1 lingură făină, sare.

Cartofii, tăiaţi sferturi în lungime, se înăbuşă cu unt, puţină apă şi sare, pînă ce se pătrund bine. Se toarnă deasupra smîntîna amestecată cu o lingură de făină şi se dau la cuptor. Se scad, se rumenesc şi cînd se servesc se mai adaugă 2—3 linguri de smîntînă. Se pot prepara fierţi în coajă, curăţaţi şi tăiaţi felii; apoi se pune deasupra untul şi smîntîna frecată cu o lingură făină.

163. Cartofi cu sos alb şi brînză

Aceleaşi cantităţi ca la cartofii cu smîntînă.

Cartofii fierţi, tăiaţi felii, se aşază în vasul care merge la cuptor, uns cu unt sau cu margarină. Se toarnă pe deasupra sosul alb preparat ca pentru ciulama (v. 85), amestecat cu brînză, şi se dau la cuptor. Pe deasupra se presară brînză. Se servesc cu unt proaspăt adăugat în ultimul moment. Se pot prepara şi fără cuptor.

164. Cartofi umpluţi

12 cartofi, 2—3 ouă, ½ kg brînză de vacă, 1 pahar smîntînă, sare, mărar.

Cartofii, foarte bine spălaţi, fierţi în coajă, se scobesc la mijloc nu prea mult, astfel încît pereţii cartofului să rămînă destul de groşi pentru ca să nu se sfărîme. Miezul

scos se amestecă bine cu brînza de vacă, ouăle şi sarea. Cartofii se umplu imediat după ce au fiert, calzi fiind, şi se aşază în tava unsă cu unt, unul lîngă altul, se toarnă deasupra smîntîna şi mărarul tocat mărunt, unt şi se dau la cuptor. Se servesc cu smîntînă şi unt pe deasupra.

165. Cartofi cruzi umpluţi

Aceleaşi cantităţi ca la cartofii umpluţi în coajă.

Cartofii se curăţă de coajă, se netezesc frumos, se taie în jumătăţi în lungime, iar pe o parte se nivelează astfel, ca să se poată aşeza în tavă şi să nu se rostogolească. Se scobesc şi se umplu cu aceeaşi umplutură ca la cartofii umpluţi de mai sus la care se mai adaugă o linguriţă de făină şi o linguriţă pesmet. Se procedează apoi la fel ca la cartofii umpluţi în coajă.

166. Cartofi copţi umpluţi

Aceleaşi cantităţi ca la cartofii umpluţi (v. 164).

Se aleg cartofi mari, netezi, cam de aceeaşi mărime, se spală foarte bine în apă caldă cu o cîrpă aspră, se şterg şi se pun la copt. După ce s-au copt, fără să se rumenească coaja prea tare, se taie un capac în lungimea lor. Se scobeşte miezul şi se umple golul rămas cu aceeaşi compoziţie ca la cartofii umpluţi fierţi în coajă (v. 164) şi se procedează la fel. După gust se poate adăuga în umplutură şuncă sau costiţă afumată tăiată cuburi mici.

167. Cartofi cu sos alb

1½ kg cartofi, restul de cantităţi aceleaşi ca la conopida cu sos alb (v. 178).

Se prepară la fel ca şi conopida (v. 178). Cartofii se mai pot amesteca şi cu ouă fierte tăiate bucăţi sau cu ciuperci înăbuşite în unt.

168. Crochete de cartofi

1 kg cartofi, 50 g unt, 1 ou.

Cartofii fierţi, curăţaţi, se dau prin maşina de carne. Se amestecă bine cu 50 g unt, 1 ou întreg. Se presară făină pe fund, se răstoarnă toată compoziţia şi imediat se rulează cu mîna muiată în făină. Se taie apoi bucăţi potrivite şi egale, se formează crochete, se trec prin făină, ouă, pesmet şi se prăjesc în grăsime multă, bine încinsă. Se pot prăji fără a fi trecute prin ou şi pesmet.

Se servesc cu diferite soteuri de legume.

169. Mîncare de cartofi

1½ kg cartofi, 2 cepe, 3 linguri grăsime, 5—6 roşii sau 1 lingură bulion, verdeaţă, sare.

Se înăbuşă două cepe tăiate mărunt în grăsime, se toarnă apă multă şi se lasă să fiarbă cu sare. Se adaugă apoi cartofii tăiaţi bucăţi; cînd sînt aproape fierţi, se adaugă cîteva roşii sau bulion şi verdeaţă. La ultimul clocot se adaugă, fără să se mai fiarbă, roşii, ardei şi verdeaţă date prin maşina de tocat carne.

170. Ciulama de cartofi

Se prepară la fel ca ciulamaua de ciuperci (v. 226).

171. Fasole verde cu sos alb

1 kg fasole, ½ pahar smîntînă, 3 linguri unt, 150 g brînză sau caşcaval.

Se prepară la fel ca şi conopida (v. 178), cu brînză sau fără. După ce s-a răcit sosul (v. 75) se poate amesteca cu 1—2 gălbenuşuri şi cu albuşurile spumă.

172. Fasole verde cu sos de roşii

1 kg fasole, 1 lingură unt, 10 roşii, 4 cepe, 2 linguri grăsime, 3 legături de verdeaţă, 2 ardei verzi, sare.

Se aşază în cratiţă un rînd de fasole, curăţată şi spălată, un rînd de ceapă tăiată mărunt, un praf de făină, sare, verdeaţă tăiată mărunt şi grăsime. Se toarnă deasupra puţină apă, se lasă să fiarbă înăbuşit, pînă ce a fiert fasolea şi a scăzut sosul. Se adaugă zeama de roşii şi cîteva felii de roşii. Se lasă să scadă. Se rumeneşte la cuptor şi în ultimul moment se adaugă roşii, ardei verzi şi verdeaţă date prin maşina de carne. Se serveşte cu unt proaspăt pe deasupra şi verdeaţă tocată mărunt.

173. Mîncare de fasole verde

Se poate prepara din fasole verde (fideluţă), ţucără sau grasă (v. 137), cu deosebire că se poate servi rece, preparată cu ulei, sau caldă preparată cu unt.

174. Ciulama de fasole grasă

Se prepară la fel ca ciulamaua de ciuperci (v. 226).

175. Fasole cu smîntînă

1½ kg fasole, 150 g unt, 1 pahar smîntînă, 1 lingură făină, sare.

Se fierbe fasolea cu unt, sare și cu atîta apă cît să acopere leguma. Dacă mai este nevoie de lichid, se adaugă în timpul fiertului apă fierbinte. După ce fasolea a fiert, se adaugă smîntîna amestecată cu o lingură de făină. Înainte de a se servi se mai poate adăuga smîntînă.

176. Conopidă cu pesmet

2 conopide, ¾ pahar pesmet, 4 linguri unt, sare.

Conopida spălată, în bucheţele sau întreagă, se fierbe în apă clocotită cu sare, în vas acoperit. Se scurge de apă și se așază într-o cratiță sau în vasul care merge la cuptor, uns și presărat cu pesmet. Deasupra se toarnă pesmetul rămas, care a fost prăjit în unt. Se mai dă un sfert de oră la cuptor.

177. Conopidă cu smîntînă

2 conopide, un pahar smîntînă, 4 linguri unt.

Conopida, fiartă ca la conopida cu pesmet, se dă la cuptor cu smîntînă și unt pe deasupra. Smîntîna se amestecă cu un praf de făină. Se servește cu restul de smîntînă proaspătă.

178. Conopidă cu sos alb la cuptor

2—3 conopide (după mărime), ½ pahar smîntînă, 150 g caşcaval sau brînză, 2—3 linguri unt, sos alb.

Se fierbe conopida. Se prepară un sos alb mai gros (v. 75), stins cu zeama în care a fiert conopida și se amestecă cu brînză. Se unge vasul care merge la cuptor, se presară cu pesmet, se toarnă un strat de sos alb, se așază deasupra conopida și apoi iar sos alb. Se adaugă unt și smîntînă și se dă la cuptor să se rumenească. În momentul cînd se servește, se mai adaugă brînză pe deasupra, unt proaspăt și smîntînă.

Sosul se stinge cu zeama în care a fiert conopida, iar dacă se adaugă puțin lapte este și mai gustos.

179. Vinete umplute

3 vinete mai mari, 3 linguri unt, 4—5 cepe, 3—4 ardei, 2 gogoşari, 1 morcov, usturoi, un pahar ulei, 1 ceşcuţă orez, 5—6 roşii, verdeaţă, sare, piper.

Se taie vinetele în jumătăţi, se opăresc în apă clocotită cu sare 10—20 minute. Se pun sub teasc. Între timp se prepară umplutura astfel: se înăbuşă ceapa în ulei, se adaugă ardeii, gogoşarii, morcovul ras, miezul de la vinete şi usturoi. Se lasă să scadă şi se adaugă o ceşcuţă de orez. Se mai lasă să se înăbuşe bine şi cu orezul, apoi se adaugă cîteva roşii curăţate de pieliţă şi tocate. Se scade bine şi se adaugă verdeaţă multă tocată mărunt. Cu această compoziţie se umplu vinetele, se aşază în cratiţă, se toarnă pe deasupra sos de roşii îndulcit cu zahăr şi se dau la cuptor. Se pot servi cu brînză rasă pe deasupra.

180. Vinete cu sos de roşii I

3—4 vinete, după mărime, 2 linguri grăsime, 7—8 roşii, 3—4 cepe, sare, 1 linguriţă zahăr.

Vinetele se spală, se curăţă de codiţe, se taie bucăţi subţiri, lungi sau rotunde, se sărează, se lasă 1/2 oră cu sare, se storc de zeamă, se prăjesc în grăsime, iar cînd se servesc, se toarnă deasupra un sos de roşii preparat astfel: într-o tigaie se înăbuşă ceapa, tăiată fin, cu puţină făină (se poate şi fără făină), se adaugă roşiile opărite şi curăţate de pieliţă şi de seminţe, cu zeama lor cu tot, se adaugă o linguriţă de zahăr şi se fierbe pînă ce scade bine de tot. În momentul cînd se serveşte se mai adaugă unt proaspăt. Se pot servi şi cu iaurt sau cu smîntînă.

181. Vinete cu sos de roşii II

6—8 vinete, 7—8 roşii, 3—4 cepe, 1 lingură făină, 1 pahar ulei, 2—3 ardei graşi, 4—5 legături de verdeaţă, 5—6 căţei de usturoi, sare.

Se opăresc vinetele, se taie felii mai groase în lungime, se aşază în cratiţă sau în tavă peste un rînd de roşii curăţate de pieliţă şi de seminţe, usturoi şi verdeaţă. Deasupra se presară făina, sarea, ceapa tăiată mărunt. La urmă se aşază alt rînd de roşii şi zeama lor. Se pune grăsime sau ulei mult şi se fierb pînă ce scade bine sosul. În momentul cînd se servesc, se adaugă roşii şi ardei daţi prin maşina de

carne, verdeață tăiată mărunt și unt proaspăt, dacă se servesc calde. Se pot servi atît calde cît și reci, cu iaurt sau smîntînă.

182. Vinete umplute cu brînză de vacă

3 vinete, 250 g brînză de vacă, 4 ouă, 2 linguri griș, 3 legături verdeață, 2 linguri unt, sare.

Vinetele curățate de codiță, spălate, se taie jumătăți în lungime, se scobește o parte din miez, se opăresc în apă clocotită cu sare și se umplu cu următoarea compoziție: brînza de vacă dată prin sită, amestecată cu miezul de la vinete prăjit, ouă, griș, sare, verdeață tocată mărunt. Vinetele astfel umplute se așază în tavă, se pune deasupra untul și se dau la cuptor la foc potrivit. Se servesc calde, cu puțin unt proaspăt pe deasupra.

183. Vinete umplute cu sos alb și cu brînză

Vinetele se pregătesc ca la 182, apoi se prepară la fel ca roșiile umplute cu sos alb și brînză (v. 198).

184. Ciuperci umplute

½ kg ciuperci, 1—2 cepe, verdeață multă, 3—4 linguri ulei, miez de franzelă, lapte, sare, piper.

Ciupercile pentru umplut trebuie să fie potrivit de mari, tinere, rotunde și întregi. După ce s-au curățat și spălat bine, se așază în tavă și se dau la cuptor să se moaie puțin. Cotoarele se toacă mărunt. Se înăbușă 1—2 cepe tăiate mărunt, se adaugă cotoarele ciupercilor, puțin miez de franzelă muiat în lapte sau, în lipsă, puțin sos alb gros (v. 75). Cine dorește poate adăuga puțin usturoi și puțin vin alb (se poate prepara și fără acestea), verdeață multă și puțin piper. Cu această compoziție se umplu ciupercile așezîndu-se umplutura în formă de cotor, sau în formă de moviliță în mijlocul fiecărei ciuperci. Se dau la cuptor și se toarnă unt pe deasupra.

185. Praz cu sos alb

8—9 fire de praz, sos alb, 150 g unt, 200 g brînză.

Prazul se curăță și se taie în patru, se fierbe în apă clocotită cu sare. Se scoate. Între timp se prepară un sos alb (v. 75), stins cu apa în care a fiert prazul și puțin lapte. Prazul se amestecă cu sosul și cu puțină brînză rasă pe dea-

supra. Se așază în vasul pentru cuptor și se lasă să se rumenească.

186. Praz cu orez și măsline

6 fire praz, 6 cești mici orez, 1/2 pahar ulei, 250 g măsline, roșii sau bulion.

Prazul se curăță, se spală și se taie în bucăți. Se prăjește în ulei. Între timp se prepară un sos de roșii sau bulion. Se toarnă peste praz și se lasă să fiarbă, se mai adaugă și puțin oțet. Se înăbușă ceapa, se adaugă orezul (socotit o ceașcă mică pentru fiecare persoană), se stinge cu apă fierbinte și se lasă să fiarbă cam pe trei sferturi. Se amestecă cu prazul și măslinele. Se scutură cratița ca să se încorporeze bine totul și se dă la cuptor. Se poate servi și rece.

187. Ciulama de praz

4—5 fire de praz, 2 linguri de făină, 2 linguri de unt.

Se prepară la fel ca ciulamaua de ciuperci (v. 226).

188. Andive la cuptor

1—1 1/2 kg andive, 150 g unt, 100 g caşcaval, 2—3 linguri pesmet.

Se aleg andivele, se spală și se opăresc în apă clocotită cu sare 10 minute. Se scurg și se așază în cratița care merge la cuptor, unsă cu unt și presărată cu pesmet. Se presară pe deasupra caşcaval ras și pesmet prăjit în unt. Se dau la cuptor să se rumenească. În momentul cînd se servesc se mai adaugă unt proaspăt.

Andivele nu trebuie ținute mult în apă căci se amărăsc.

189. Andive înăbușite

1—1 1/2 kg andive, 150 g unt, zeamă de lămîie după gust, sare.

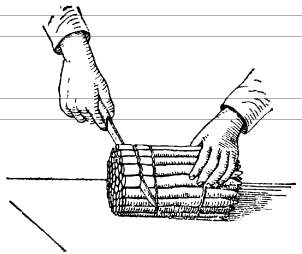
Se aleg andivele, se spală foarte repede, ca să nu se amărască, și se așază imediat în cratița unsă cu unt. Se pune zeama de la o lămîie și sare. Se înăbușă bine, acoperit, apăsîndu-le și întorcîndu-le din cînd în cînd pînă ce se moaie bine.

190. Sparanghel cu sos muselin

1—1 1/2 kg sparanghel, sos muselin.

Sparanghelul se fierbe legat în buchet, pentru a nu se sfărîma.

Se alege sparanghelul cu firul gros și vîrful bine copt (se cunoaște după culoare, care trebuie să fie verde închis, pare vînăt). Se spală, se așază în buchet cu vîrfurile în linie dreaptă și se leagă buchetul la ambele capete. Se taie apoi partea dinspre rădăcină astfel încît buchetul să poată sta în picioare. În această poziție se pune la fiert într-un vas cu apă clocotită, observînd ca vîrfurile să nu fie atinse de apă, ci numai de abur. După o jumătate de oră se scoate, se așază în farfuria lungă de servit peste un șervet. Se servește imediat cu sos muselin (v. 87) sau cu maioneză (v. 68).



191. Sparanghel cu sos alb

1½ kg sparanghel, sos alb cu caşcaval (v. 77).

Se fierbe sparanghelul (v. rețeta precedentă) se așază în farfurie și se toarnă deasupra sos alb amestecat cu caşcaval.

192. Sparanghel cu sos alb la cuptor

1½ kg sparanghel, 1 linguriță unt, 1 lingură făină, 100 g caşcaval.

Se așază sparanghelul fiert în forma care merge la cuptor, un rînd sparanghel, un rînd sos alb, unul cu caşcaval, alt rînd de sparanghel și se termină cu sos. Se dă la cuptor să se rumenească.

193. Sparanghel cu sos muselin imitație

1½ kg sparanghel, 1 lingură unt, 1 lingură făină, 1—2 ouă, sare, lămîie.

Se fierbe la fel ca la 190 și se servește cu sos muselin imitație (v. 88).

194. Sparanghel cu unt și caşcaval

1½ kg sparanghel, 100 g caşcaval, 1 lingură unt, sare.

Se fierbe sparanghelul, se așază în vasul care merge la cuptor, se presară caşcaval ras și unt și se dă la cuptor să se rumenească.

195. Roşii umplute cu ciuperci, cu smîntînă

12 roşii, 500 g ciuperci, 7—8 cepe, verdeaţă, sare, 1 morcov, 1 pahar de smîntînă.

Se aleg roşii rotunde, bine coapte, însă tari. Se spală, se taie căpăcelul, se curăţă de seminţe, li se scoate miezul şi se pun la scurs. Între timp se prepară umplutura : se înăbuşă ceapa tăiată mărunt cu morcovul ras şi cu ciupercile tăiate mărunt. Se adaugă o lingură de făină simplă sau amestecată cu smîntînă, piper şi verdeaţă. Roşiile, bine scurse, se umplu cu această compoziţie, se aşază în vasul care merge la cuptor, se toarnă deasupra smîntîna amestecată cu un vîrf de cuţit de făină şi se dau la cuptor. Se servesc fierbinţi.

196. Roşii umplute cu ciuperci în sos alb

Roşiile pregătite ca la reţeta precedentă se umplu cu o ciulama mai groasă (v. 85) de ciuperci şi se dau la cuptor. Se servesc fierbinţi.

197. Roşii umplute cu macaroane, fidea sau iofca

12 roşii potrivit de mari, 1/4 kg macaroane, 2 ouă, 2 linguri unt, sare, 4 linguri smîntînă.

Roşiile spălate se curăţă de seminţe, se umplu cu macaroanele fierte în apă clocotită cu sare, scurse şi amestecate cu ouăle. Se aşază roşiile într-o tavă cu un sos de roşii şi 2—3 linguri de smîntînă pe deasupra şi se dau la cuptor, pînă ce scade zeama şi se rumenesc. Se servesc calde cu unt proaspăt şi smîntînă. Cine doreşte poate îndulci sosul. Se poate prepara şi fără smîntînă.

198. Roşii umplute cu sos alb şi brînză

12 roşii potrivit de mari, 2 linguri unt sau grăsime, 2 linguri făină, 150 g brînză, 1 pahar lapte, 1—2 ouă

Roşiile se pregătesc pentru a fi umplute, fie că se taie numai capacul, fie că se taie în jumătăţi şi li se scoate miezul. Se lasă la scurs şi se umplu cu următoarea compoziţie : se prepară un sos alb gros, se lasă să se răcească, se adaugă ouăle întregi, amestecîndu-se bine, apoi brînza rasă. Roşiile se presară pe dinăuntru cu pesmet şi se umplu cu sosul pregătit aşa cum am arătat. Se aşază în vasul care merge la cuptor şi pe deasupra se toarnă roşii trecute prin maşina de carne cu puţină verdeaţă tocată mărunt şi puţin unt. Cine

dorește adaugă și puțin zahăr. Se scad și se rumenesc la cuptor.

199. Roșii umplute cu legume în sos alb

Se prepară la fel cu roșiile umplute cu sos alb și brînză în care se mai adaugă însă fasole verde, de preferat grasă, cartofi, dovlecei și conopidă, mărar etc. Se pot prepara numai cu fasole grasă în sos alb.

200. Roșii umplute cu pesmet

10—12 roșii, 4—5 cepe, 10 linguri pesmet, 2 linguri grăsime, usturoi, sare, piper, verdeață.

Se aleg roșii rotunde și cărnoase. Se scoate miezul și se lasă să se scurgă. Apoi se umplu cu următoarea compoziție: se înăbușă ceapa, se adaugă pesmetul (o linguriță de fiecare roșie) usturoi, verdeață multă. Se așază în tavă și se rumenesc în cuptor. Se servesc simple sau, ca primul fel, cu sos de roșii îndulcit cu puțin zahăr.

201. Ardei umpluți cu pîine

Se prepară la fel ca ardeii umpluți cu carne (v. 594), numai că umplutura în loc să se prepare cu carne se prepară din miez de franzelă muiat în lapte și bine scurs.

202. Mazăre sote în cuib

1 kg cartofi, 1 kg mazăre, 150 g unt.

Se prepară un piure de cartofi mai consistent. Se toarnă cu cornetul o formă rotundă de cuib în farfuria care merge la cuptor. La mijloc se așază mazărea pregătită sote cu unt (v. 35). Peste mazăre se poate face o garnitură din piureu. Se rumenește la cuptor și se servește fierbinte.

203. Mazăre verde cu sos

2 kg mazăre, 8 roșii, 4 cepe, 2 linguri grăsime, 3 legături de verdeață, sare, 1 linguriță făină.

Se pune mazărea la fiert în puțină apă clocotită cu sare, ceapă tăiată mărunt și grăsime. Făina, muiată în apă rece, se adaugă după ce mazărea este destul de fiartă, apoi roșiile trecute prin mașina de carne și verdeața tăiată mărunt. Se potrivește de sare și se lasă să scadă. Se servește caldă.

204. Ghiveci fără carne

Se prepară la fel cu ghiveciul rece (v. 129), cu singura deosebire că uleiul se înlocuiește cu grăsime sau cu unt.

205. Varză dulce cu smîntînă

2 verze (1 kg) mari, 3 linguri unt, 1 pahar smîntînă, 1 linguriță făină, sare.

Frunzele de varză crudă, spălate și opărite, se rulează și se taie felii mai late, se înăbușă în unt și se mai adaugă puțină apă în care s-au opărit; cînd varza este bine pătrunsă, se pune în tava unsă bine cu unt și o parte din smîntînă amestecată cu făină și sare. Se rumenește la cuptor și se servește caldă cu unt proaspăt pe deasupra și restul de smîntînă. Cine vrea poate presăra și cașcaval ras.

206. Varză dulce sau acră cu orez

2 verze potrivit de mari, 5—6 ceșcuțe orez, 3 linguri grăsime, 2 cepe, zeamă de roșii sau borș.

Ceapa tăiată mărunt se înăbușă bine în grăsime. Se adaugă orezul, roșii sau bulion și verdeață și se mai înăbușă puțin. Se aleg foile de varză, dacă este dulce, se opăresc, se taie fin și se așază în cratiță un strat de varză, un strat de orez și din nou un strat de varză. Se toarnă deasupra vara zeamă de roșii sau borș; iarna zeamă de varză, potrivindu-se de acru și de sare, iar deasupra grăsime sau ulei. Se dă la cuptor să se rumenească. Se poate servi rece sau caldă.

207. Bule de varză dulce cu brînză

2 verze, 1/4 kg cașcaval sau brînză, 8 roșii, 4 cepe, 2 ouă, 3 legături de verdeață, 1 lingură făină, 1 pahar smîntînă.

Se desface varza în foi și se opărește în apă clocotită cu sare. Se așază 2—3 foi suprapuse și la mijloc se pune brînză amestecată cu ou și sare, mare cam cît o nucă. Se învelește și i se dă forma rotundă. Se presează în mînă pentru a se scurge bine zeama. Se dă prin făină ou și pesmet, și se prăjește în grăsime bine încinsă. Prăjite, se așază în tavă, se toarnă deasupra zeamă de roșii și roșii curățate de pieliță și de semințe și se pun la cuptor să scadă. Se adaugă o parte din smîntînă amestecată cu 1 linguriță făină cînd sosul este aproape scăzut. Se servesc calde și cine dorește presară cașcaval pe deasupra. În momentul cînd se servesc la masă, se mai toarnă și restul de smîntînă.

În loc de brînză, aceste bule de varză se pot umple cu carne preparată ca pentru musaca.

208. Chiftele de varză dulce

1 varză potrivit de mare, sos alb, 1 ouă, 3—4 linguri ulei.

Varza se curăță, se spală bine și se taie în sferturi sau felii fără să i se scoată coceanul. Se opărește în apă clocotită cu sare. Se trece prin mașina de carne. Se prepară un sos alb (v. 75) gros și se amestecă varza cu acest sos, cu 1 ou, sare și piper. Se fac chifteluțe, se dau prin făină și se prăjesc în ulei. Se servesc reci, sau calde cu unt sau smîntînă deasupra.

209. Varză dulce cu roșii și cu smîntînă

2 verze, 500 g roșii, 1 pahar smîntînă, 3 linguri unt.

Se curăță varza, se spală bine, se desfac foile și se opăresc în apă clocotită cu sare. Se suprapun apoi foile una peste alta, se rulează și se toacă fin. Se așază în cratița unsă cu unt, se toarnă pe deasupra roșii trecute cu pieliță cu tot prin mașina de tocat carne, se adaugă borș sau apă. Se fierbe bine, se adaugă 1/2 pahar smîntînă și restul din roșii. Se servește fierbinte.

210. Varză dulce cu sos alb

1 varză mai mare, 200 g unt, 200 g brînză, 2 linguri făină, lapte, sare, sos alb.

Se taie varza sferturi sau felii mari. Se opărește în apa fiartă și numai atît cît să o cuprindă, se strecoară de apă. Se prepară un sos alb (v. 75), stins cu zeama în care a fiert varza, care se amestecă apoi cu brînza rasă. Se așază jumătate din cantitatea de sos într-un vas care merge la cuptor, apoi varza și pe deasupra se toarnă restul de sos. Se presară brînză și se dă la cuptor să se rumenească.

211. Sărmăluțe cu brînză în foi de viță

1/2 kg foi de viță, 300 g brînză de vacă, 4 cepe, 1—2 ouă, 3 linguri griș, 3 legături de verdeață, 2 linguri unt, grăsime, 1 pahar smîntînă, sare, piper, borș.

Frunzele de viță se aleg, se spală, se opăresc sau se fierb în apă clocotită, dacă sînt bătrîne. Se taie ceapa mărunt, se înăbușă în apă și grăsime pînă ce se topește, se amestecă cu brînza dată prin sită, ouăle, grișul, sarea și verdeața tocată. Se fac sărmăluțe cu frunzele opărite sau fierte. Se așază un rînd de frunze opărite pe fundul vasului și apoi sarmalele deasupra, se pune din nou un rînd de frunze opărite, se toarnă apă cît să le cuprindă și se fierb pînă cînd

frunză de viță este bine fiartă. Se adaugă borșul, potrivindu-se de acru; cînd sînt aproape gata, se toarnă jumătate din smîntînă și se dau la cuptor să se rumenească. Se servesc calde cu unt și restul de smîntînă pe deasupra.

212. Sărmăluțe cu brînză în foi de ștevie

Se prepară la fel cu sărmăluțele cu brînză în foi de viță (v. 211) cu deosebirea că se opăresc frunzele în borș clocotit și se pun la fiert de la început în borș.

213. Sărmăluțe cu brînză în foi de spanac

Se prepară la fel cu sărmăluțele în foi de ștevie (v. 212).

214. Legume cu smîntînă

Cantități egale de cartofi, varză dulce, dovlecei, fasole, conopidă, 2 linguri unt, 1 pahar smîntînă, sare.

Se fierb înăbușit cu unt și sare mai multe feluri de legume sau numai o singură legumă, pînă ce se pătrund bine, apoi se adaugă smîntînă amestecată cu puțină făină și se dau la cuptor, pînă ce se rumenesc. Cartofii se adaugă numai cînd legumele sînt aproape fierte. Se servesc cu puțină smîntînă pe deasupra.

215. Pilaf de legume în foaie

2—3 cepe, 1 morcov 1 păstîrnac, mazăre, fasole verde de preferat grasă, 4 cești orez, unt, foaie de aluat.

Se înăbușă bine ceapa, se adaugă legume, mazăre și fasole verde, puțin morcov tăiat mărunt și se înăbușă mai departe, picurînd cîte puțină apă; cînd sînt aproape fierte, se adaugă orezul și se fierb pînă ce scad bine. Se adaugă piper, mărar și pătrunjel tocat mărunt. Se îmbracă formă în foaie (v. 218) și se așază umplutura la mijloc. Se strînge foaia și se dă la cuptor să se rumenească. Se răstoarnă în momentul cînd se servește. Se poate servi și simplu, fără foaie.

216. Ruladă cu smîntînă, șuncă, cașcaval

1 lingură unt, 4 linguri făină, 3 ouă, 100 g șuncă, 100 g cașcaval, 300 g smîntînă, puțin lapte, sare.

Se face un sos alb mai gros din o lingură unt și 3—4 linguri făină. Se stinge cu lapte fierbinte și se fierbe bine. Se lasă să se răcească și se adaugă gălbenușurile, albușurile spumă și sare. Se coace în tava unsă și presărată cu

făină. După ce s-a copt se răstoarnă și se unge cu 2—3 linguri de smîntînă amestecată cu 100 g șuncă sau parizer tăiat bucățele și 2 linguri de caşcaval ras. Se rulează și se așază în tavă, se unge deasupra cu restul de smîntînă și se servește fierbinte după ce a mai fost ținută un sfert de oră la cuptor.

217. Zarzavat în foaie

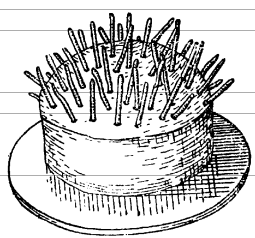
1—2 ouă, 1 păstîrnac, 3—4 cartofi, 1 morcov, 1 pătrunjel, puțină mazăre, fasole grasă și orice altă legumă de sezon, 1 pahar smîntînă, 1 lingură unt, foaie de aluat.

Se fierbe zarzavatul și legumele, se taie bucăți mici, se amestecă cu smîntîna, cu untul, sare. Se prepară o cocă și se procedează ca la budincile în foaie (v. 218).

218. Legume în foaie

Cantități egale din diferite legume — fasole, mazăre, dovlecei, conopidă, vază dulce, cartofi — preparate soteuri la care se adaugă 1—2 linguri de smîntînă. *Pentru foaie*: 300 g făină, 150 g grăsime, 1 ou, sare, lapte cît cuprinde, puțină drojdie (se poate și fără).

Se frămîntă o cocă potrivită și se lasă la rece. Se întinde apoi o foaie groasă cam de $^1/_2$ cm și se îmbracă o cratiță unsă, lăsînd marginile de la aluat să treacă peste formă. Se așază legumele înăuntru, se strîng marginile aluatului peste legume, se unge cu ou și se dă la cuptor. Pentru o prezentare deosebită se garnisește astfel: se păstrează o mică parte din cocă, se fac rulouri subțiri, lungi de 7—8 cm, și se coc separat. După ce preparatul este copt și se așază pe farfurie, aceste rulouri se înfig din loc în loc, dînd impresia unui arici.



Se mai poate garnisi și altfel: se taie diferite alte forme sau flori din aluat, se așază pe deasupra foii. Apoi se coc odată cu preparatul, care este astfel gata garnisit în momentul cînd se servește.

219. Diferite legume în aluat de clătite

Orice fel de legume tăiate în felii se tăvălesc în aluat de clătite (v. 913 și 914), pregătit ceva mai gros și în care se adaugă 1—2 linguri de ulei. Se prăjesc apoi în ulei bine încins. Se pot servi cu diferite sosuri de roșii, de hrean sau simple, ca primul fel.

220. Colțunași cu smîntînă

$^1/_4$ kg cartofi, $^1/_2$ kg făină, 200 g unt, 20 g drojdie, 2 ouă, 1 pahar smîntînă.

Colțunașii se prepară din coca arătată la rulada economică și umplutura poate fi oricare dintre umpluturile arătate la ceilalți colțunași. Deosebirea este că în în loc să se prăjească în unt, se fierb în apă clocotită cu sare. Se așază pe o farfurie care merge la cuptor și se toarnă pe deasupra un sos alb de smîntînă (v. 77).

221. Colțunași cu sos de roșii

Aceleași cantități ca la colțunașii cu smîntînă (v. 220), în plus sos de roșii.

Se prepară la fel cu coluțnașii cu smîntînă cu deosebire că în loc de sos de smîntînă se toarnă pe deasupra sos de roșii (v. 92) cu piper și puțin îndulcit.

222. Colțunași cu spanac

Aceleași cantități ca la colțunașii cu smîntînă, în plus piureu de spanac.

Se prepară la fel cu colțunașii cu smîntînă, cu deosebirea că umplutura se face din piureu de spanac (v. 57).

223. Colțunași cu ciuperci

Aceleași cantități ca la colțunașii cu brînză, în plus 250 g ciuperci.

Se prepară din aceeași cocă cu rulada economică (v. 237). Umplutura se prepară din ciuperci înăbușite bine cu ceapă prăjită. Se servește ca aperitiv sau ca garnitură la soteuri.

224. Ciuperci înăbușite cu smîntînă

1 kg ciuperci, 2 pahare smîntînă, 2 linguri unt, 5 cepe, 1 lingură făină, 3 legături verdeață, sare.

Se înăbușă în unt ceapa tăiată mărunt împreună cu ciupercile felii sau întregi; cînd ciupercile sînt bine pătrunse și apa le-a scăzut, se adaugă smîntîna amestecată cu făină. Se lasă să fiarbă, se pune sarea și verdeața tăiată mărunt.

225. Tocăniță de ciuperci

1 kg ciuperci, 6 cepe, 8 roșii, 2 linguri unt sau grăsime, 1 lingură făină, 3 legături verdeață, sare, piper.

Ceapa tăiată felii se înăbușă în unt, se adaugă ciupercile curățate, spălate și tăiate în bucăți. Se lasă pînă ce scade apa. Se adaugă făina amestecată cu apă rece, roșiile tăiate felii, curățate de pieliță și semințe. Se potrivește de sare. Se lasă să fiarbă pînă ce scade. Se servește caldă cu verdeață tocată mărunt și unt proaspăt. În loc de unt sau grăsime se poate prepara cu ulei și se servește rece.

226. Ciulama de ciuperci sau bureți

1 kg ciuperci, 3 linguri unt, 3 linguri făină, sare.

Ciupercile curățate, spălate și tăiate în bucăți se fierb în apă rece cu sare, se strecoară și cu zeama lor se prepară ciulamaua astfel: se înfierbîntă untul nu prea tare, se adaugă făina, care nu se rumenește, ci se lasă albă. Se toarnă deasupra mai întîi puțin lapte fierbinte ca să obținem o culoare albă și apoi zeamă de ciuperci. Se toarnă puțin cîte puțin pentru ca să nu se facă cocoloașe și se amestecă mereu. Se subțiază atît cît să aibă consistența smîntînii și se adaugă ciupercile fierte. Se lasă să mai dea cîteva clocote și cu ciupercile și se servește cu unt proaspăt deasupra. Dacă nu se servește imediat, se ține în baia de apă.

227. Ciuperci cu șuncă

600 g ciuperci, 3 linguri unt, 150 g șuncă (parizer, crenvurști), 1 pahar smîntînă.

Se curăță ciupercile, se spală bine, se taie și se pun la fiert cu unt; cînd sînt aproape gata se adaugă șuncă, parizer sau crenvurști, tăiați în cuburi. Se mai dau cîteva clocote și se toarnă 1 pahar de smîntînă. Se mai țin foarte puțin pe mașină și se servesc.

228. Plăcintele cu ciuperci

250 g grăsime, 400 g făină, 2—3 ouă, 1 borcan mic de iaurt.
Umplutura: ½ kg ciuperci, 1 ceapă, piper, verdeață.

Se amestecă și se frămîntă o cocă care se dă la rece. Se poate lăsa de seara pînă dimineața sau numai 2—3 ore. Se întinde o foaie, se taie pătrățele sau triunghiuri și se umplu

cu ciuperci bine înăbușite în ceapă prăjită în unt, sare, piper, verdeață tăiată mărunt. Se coc în cuptor bine încins.

229. Ciuperci cu sos alb

½ kg ciuperci, sos alb.

Se prepară la fel cu conopida (v. 178), cu deosebirea că nu se mai adaugă brînză și nici pesmet. Se potrivește lichidul în așa fel, încît să se întrebuințeze toată zeama rezultată din fierberea ciupercilor și să se mai adauge și lapte care albește sosul.

230. Chifteluțe de dovlecei cu sos alb

1—2 dovlecei potrivit de mari, 1—2 linguri făină, 1 ou, sare, piper, 150 g unt, 3 linguri smîntînă.

Dovleceii spălați se rad prin răzătoare, se amestecă apoi cu 1—2 linguri de făină, 1—2 linguri de pesmet, 1 ou întreg, sare și piper. Se ia cu lingura din această compoziție și se prăjește în unt. Se așază pe farfurie și pe deasupra se toarnă sosul alb (v. 75) mai subțire, amestecat cu smîntînă, sau numai smîntînă cu puțină făină și se dau la cuptor să se rumenească.

231. Chifteluțe de dovlecei cu sos de roșii

Se prepară la fel cu chifteluțele cu sos alb (v. 230) cu deosebirea că în loc de sos alb se toarnă deasupra un sos de roșii (v. 92) și se dau la cuptor.

232. Chifteluțe de dovlecei cu salată verde

Se prepară la fel cu chifteluțele cu sos alb, nu li se mai adaugă însă nici un fel de sos și se servesc cu salată de sezon.

233. Chifteluțe de vinete cu sos de roșii

1—2 vinete mai mari, 1—2 linguri făină, 1 ou, sare piper, 1 lingură pesmet.

Se coc vinetele, se curață, se toacă și se amestecă cu 1—2 linguri de făină, 1—2 linguri de pesmet, 1 ou întreg, sare, piper. Se ia cu lingura din această compoziție și se prăjește în unt. Se așază chifteluțele pe farfurie, deasupra se toarnă un sos de roșii (v. 92) și se servesc.

234. Chifteluțe de vinete cu sos de smîntînă

2—3 vinete, 1 lingură grăsime, 1 lingură făină, 2 linguri pesmet, 1 ou, sare, piper, 150 g unt, 3 linguri smîntînă.

Se prepară la fel cu chifteluțele de dovlecei cu deosebirea că vinetele se coc, iar miezul se amestecă cu ou, făină, pesmet, sare și piper și se servesc cu smîntînă.

235. Chifteluțe de vinete cu salată

2—3 vinete, 1 lingură grăsime, 1 lingură făină, 2 linguri pesmet, 1—2 ouă, sare, piper.

Se prepară la fel cu chifteluțele de dovlecei cu salată (v. 232), cu deosebire că vinetele se coc, se toacă și se bat cu ouăle numai după ce s-au răcit, mai întîi cu gălbenușurile și apoi cu albușurile spumă. Se servesc calde cu salată verde.

236. Ruladă de spanac

5 ouă, 1½ kg de spanac, 1 lingură rasă de făină, 50 g unt, 150 g lapte, 150 g șuncă, 250 g caşcaval, ½ pahar smîntînă, 50 g făină.

Din spanac se face un piureu (v. 57).

Se freacă gălbenușurile cu sarea, se adaugă piureul de spanac și făină, apoi albușurile bătute spumă, amestecînd ușor. Se toarnă compoziția într-o tavă unsă și tapetată cu făină. Se coace la un foc iute, avînd grijă să nu se întărească. Se răstoarnă și se întinde pe un șervet umed. Se unge gros cam de ½ cm cu un sos preparat din 50 g făină, 50 g unt, 150 g lapte. În acest sos bine fiert și îngroșat ca pentru budincă, se adaugă 1 gălbenuș, 150 g șuncă tăiată în bucățele în formă de cuburi, 250 g caşcaval tăiat tot în cuburi, puțină smîntînă. Se rulează, se așază în tavă. Deasupra se toarnă smîntîna frecată cu o linguriță de făină. Se servește fierbinte după ce a stat la cuptor douăzeci minute. Se presară cu caşcaval ras și șuncă tăiată.

Acest preparat se poate simplifica, reducîndu-se unele dintre alimente, sau se mai pot adăuga cîteva ciuperci călite.

237. Ruladă economică cu spanac

½ kg făină, ¼ kg cartofi fierți trecuți prin mașina de carne, 200 g unt sau orice altă grăsime, 20 g drojdie de bere, 2 ouă, sare, 1 linguriță zahăr, piure de spanac.

Se frămîntă toate la un loc cu apă sau cu lapte cît cuprinde coca pentru ca să fie potrivit de tare. Se lasă la cres-

cut ½ oră. Se coace într-o tavă unsă, fără să se întărească coca. Se răstoarnă pe un şervet umed, se întinde pe toată suprafaţa ur piureu de spanac (v. 57), se rulează şi se aşază în forma care merge la cuptor. Deasupra se toarnă un sos alb şi se lasă să se rumenească. Se poate presăra cu brînză sau caşcaval ras.

238. Ruladă cu ouă

½ kg făină, ¼ kg cartofi fierţi şi trecuţi prin maşina de carne, unt sau orice fel de grăsime, 20 g drojdie, 4 ouă, sare, piure de spanac.

Se prepară la fel cu rulada economică de spanac (v. 237), aşezîndu-se pe foaie, peste piureul de spanac, 2 ouă fierte. Se rulează şi se dă la cuptor. Feliile tăiate au un aspect deosebit. Se serveşte fie cu sos, fie simplă.

239. Plăcintă cu spanac

½ kg făină, 2 ouă, 2 linguri de smîntînă, sare, 1 ceşcuţă vin, 2 linguri grăsime.
Pentru umplutură: 2 kg spanac, 250 g brînză, 3 ouă, 50—100 g unt.

Se prepară o cocă fără grăsime şi se frămîntă bine. Se împarte în bucăţi mici cam de mărimea unei nuci. Aceste bucăţele de cocă se întind cam cît este fundul unei farfurii şi se aşază una peste alta, după ce fiecare a fost unsă cu grăsime semilichidă. Ultima foaie nu se mai unge. Bucăţelele de cocă se împart în două şi se fac două turtiţe care se pun separat să stea la cald, acoperite cu cîte o cratiţă caldă deasupra. Între timp se prepară umplutura astfel: se fierbe spanacul, se strecoară, se toacă mărunt, apoi se adaugă untul frecat spumă, brînza rasă şi ouăle fie întregi, fie cu albuşul bătut spumă. Se unge şi se presară tava cu făină, se întinde coca cît mărimea tăvii şi se aşază în aşa fel, ca marginile să fie ridicate peste marginile tăvii. Se aşază compoziţia, apoi a doua foaie, se potrivesc marginile deasupra aşa ca să acopere bine umplutura şi se dă la cuptor potrivit. Se serveşte caldă.

240. Ciorbă de dovleac

1 kg dovleac, 3 cepe, ½ litru zară sau lapte acru, sare.

Se curăţă dovleacul, se taie bucăţele şi se pune la foc cu apă rece şi sare. După ce a dat cîteva clocote, se adaugă ceapa tăiată mărunt şi se lasă să fiarbă; cînd dovleacul este

bine fiert, se acreşte cu lapte acru sau cu zară rămasă de la bătutul untului.

241. Budincă dulce de dovleac

1 kg dovleac, 4 linguri unt, 4 linguri zahăr, 3—4 ouă, 2 felii de pîine.

Se freacă untul cu zahărul, se adaugă gălbenuşurile, miezul de franzelă muiat şi stors, dovleacul copt şi tăiat bucăţele şi albuşurile spumă. Se coace compoziţia în forma bine unsă şi presărată cu pesmet.

242. Vărzări de dovleac

1 kg făină, 6 ouă, 1 lingură zahăr, 1/2 baton vanilie, 2 linguri smîntînă, 1 pahar lapte, 150 g unt, 1 lingură ulei, coajă rasă de lămîie, sare, 1/2 kg dovleac, drojdie.

Se prepară o cocă de cozonac, se lasă să dospească şi se taie bucăţi mici cît un ou, se întind cu sucitorul, iar în mijlocul fiecăreia se pune dovleac tăiat bucăţele mici şi care mai înainte a stat puţin la sare. Se ridică de opt ori marginile spre mijloc, apăsîndu-se cu degetul, să se prindă bine. Se lasă să crească, se ung apoi cu ou şi se dau la cuptor. Se servesc pudrate cu zahăr.

243. Prăjitură de dovleac

4 linguri dovleac crud ras, 2 linguri nuci pisate, 1 lingură unt, 1 lingură făină, 2 linguri zahăr pisat, 2 ouă.

Se freacă untul, se adaugă zahărul, ouăle, făina, nucile, dovleacul ras. Se pune compoziţia într-o tavă unsă cu grăsime şi presărată cu făină şi se coace la cuptor. Se serveşte presărată cu zahăr.

244. Compot de dovleac

1 farfurie adîncă cu dovleac tăiat bucăţi mici, 1 kg zahăr, zeama de la o lămîie, 1/2 baton vanilie, 100 g rom, apă de var.

Dovleacul tăiat în diferite forme mici se ţine în apă de var 30—40 minute. Se scoate, se spală în 4—5 ape reci. Se pune apoi la foc zahărul cu 1 litru de apă. După ce a dat cîteva clocote, se adaugă dovleacul, zeama de lămîie şi vanilia. Se fierbe acoperit pînă ce se leagă siropul şi dovleacul s-a muiat. Nu se amestecă în timpul fiertului, deoarece dovleacul se sfărîmă. După ce s-a legat, se dă jos de pe foc, se toarnă romul şi se lasă acoperit, pînă se răceşte.

PREPARATE DIN GRÎU, FĂINĂ DE GRÎU, MĂLAI ȘI OREZ

245. Pîinea

1 kg făină, 1 linguriță sare, 20 g drojdie.

Se cerne făina. Un sfert din cantitate se amestecă cu drojdie, dizolvată în puțină apă călduță și se face o cocă moale. Se pune vasul la un loc cald, acoperit cu o cîrpă curată; cînd această maia a crescut, se toarnă în vasul în care s-a cernut făina. Se frămîntă pînă ce se încorporează toată făina, turnîndu-se apă călduță în care s-a dizolvat sare. Se frămîntă cam 1/2 oră, pînă ce coca nu se mai lipește de mînă. Se lasă din nou la un loc cald, ca să se dospească întreaga cantitate de cocă. Cînd coca și-a mărit volumul cam de trei ori, înseamnă că s-a dospit îndeajuns; se ia din vas, se pune pe o planșetă presărată cu făină și se dă forme rotunde sau lunguiețe, cît de mari vrea fiecare. Se mai lasă să crească, se ung cu o muruială de făină și apă și se coc în cuptor bine încins. Coacerea durează 3/4 oră. După ce s-a copt, în momentul cînd se scoate din cuptor se unge cu apă zaharată.

Condiții pentru ca pîinea să reușească:

— făina să fie de grîu de foarte bună calitate, neamestecată cu altfel de făină,

— coca să fie bine frămîntată,

— să nu se treacă din dospit,

— cuptorul să fie bine încins.

Pentru a mări cantitatea de pîine obținută dintr-un kg de făină de grîu, se mai adaugă cartofi dați prin mașină și

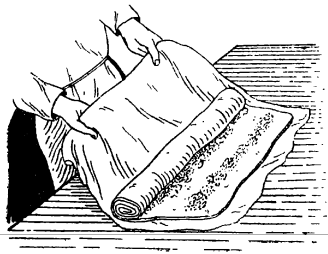
puțin mălai. Această pîine se păstrează proaspătă mai multă vreme.

Cum se încearcă cuptorul: se aruncă o mînă de mălai după ce s-a scos focul; mălaiul trebuie să se rumenească fără să se ardă.

246. Pîine cu cartofi

1 kg făină de grîu, 50 g drojdie, 2 linguri unt, untură sau margarină, 1 linguriță zahăr, 4 cartofi mari fierți și trecuți prin mașina de tocat carne sau prin răzătoare, sare, apă sau lapte cît cuprinde.

Se amestecă toate împreună cu drojdia muiată în lapte, se frămîntă și se lasă să crească o jumătate de oră, la cald. Cu mîna muiată în apă, se separă movilițe mici formînd chifle sau se pune în forme lungi, unse, se mai lasă puțin să crească și se coace în cuptor.



247. Pîine cu mălai

Se face o mămăliguță subțire (cir) și se lasă să se răcească. Se adaugă drojdia pregătită ca la pîine și se frămîntă cu făină de grîu, cît cuprinde. Se lasă să crească, se fac pîini și se coace.

248. Tăiței și iofca

3 linguri făină, 1 ou, 1 vîrf de cuțit sare.

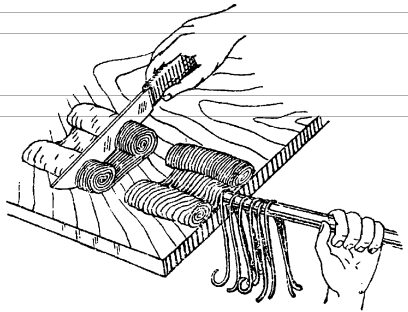
Se cerne făina pe scîndura de tăiței, se face la mijloc un cuib în care se adaugă oul întreg și sarea. Se amestecă cu o furculiță, încorporîndu-se puțin cîte puțin toată făina. Se frămîntă bine apoi coca pînă ce face bășici. Se taie în jumătate. Se lasă puțin timp să se odihnească. Se întinde apoi cu o vergea de lemn o foaie cît mai subțire. Se lasă să se zvînte puțin atît cît să se poată tăia tăițeii și să nu se lipească.

După forma în care se taie această cocă se obțin:

Tăiței: foaia întinsă cît mai subțire se rulează dintr-o margine pînă la mijloc, apoi din cealaltă margine tot spre mijloc pînă ce se apropie rulou de rulou. Se taie tăiței dintr-odată din ambele rulouri și pe măsură ce se taie, se introduce

un beţişor dedesubt între cele două rulouri tăiate, se ridică în sus şi astfel se atîrnă la uscat.

Iofca : se taie în formă de romburi. Bine uscate, se pă-



strează în cutii perforate. Tăiţeii şi iofcaua se prepară ca şi macaroanele : cu brînză, cu carne, budinci, cu nuci etc.

249. Colivă

1 kg grîu, 500 g nuci, 750 g zahăr, 4 linguri pesmet, coajă de lămîie, coajă de portocală, sare, bomboane, cacao, rom.

Se alege grîul, se pisează în piuliţă de lemn, stropindu-se mereu cu apă, pînă se înlătură pojghiţa de deasupra. Se lasă să se usuce, apoi se vîntură de pleavă. Se pune la fiert într-un vas cu apă rece. Cantitatea de apă trebuie să fie de patru ori mai mare decît cea de grîu. Alături trebuie să existe un vas cu apă fierbinte, din care să se poată adăuga apă, pe măsură ce aceasta scade. Nu se amestecă în grîu, decît la început pînă ce începe să fiarbă, cu o lingură de lemn nouă, iar după ce a început să fiarbă se clatină numai cratiţa, ca să nu se prindă de fund. Grîul se fierbe pînă ce apa scade complet şi boabele sînt moi şi înflorite. Durata fierberii poate să fie chiar 7—8 ore. De obicei se fierbe în ajun. Se dă jos de pe foc, se acoperă vasul cu un şervet umed, ca să nu prindă coajă. A doua zi se amestecă bine cu sare, zahăr, nuci pisate şi după gust şi posibilităţi cu coajă de lămîie, de portocală, vanilie şi rom. Se aşază pe o farfurie un strat gros de 5—6 cm. Se nivelează, se acoperă cu un strat subţire de pesmet pisat şi se îmbracă în zahăr pudră. Se garnisesţe cu bom-

boane și cacao după plăcere și după fantezie. O colivă reușită are bobul foarte bine fiert, este dulce și are nucă suficientă.

Pentru ca să nu se prindă grîul de fundul vasului la fiert se poate așeza pe fundul cratiței o farfurie sau un capac de tablă de mărimea fundului vasului. Coliva nu se poate păstra mai mult timp, fiindcă fermentează ușor.

Observație: Cantitățile indicate mai sus se pot mări sau micșora după gust.

250. Prăjitură din grîu

1 kg grîu, 500 g miere de albine, 500 g nuci, sare.

Grîul preparat și fiert ca la colivă se amestecă cu miere și nuci pisate. Se servește rece.

251. Grîu cu lapte

200 g grîu, 1 litru lapte, 100 g zahăr, 1/2 baton vanilie.

La grîul preparat ca la colivă se adaugă laptele fiert, vanilia și zahărul. Se lasă pe mașină să mai dea cîteva clocote. În loc de zahăr se poate folosi miere de albine.

252. Sărmăluțe cu bulgur (grîu sfărîmat)

1—2 verze, 1/4 kg grîu, 3—4 cepe, sare, piper, verdeață.

Grîul se sfărîmă pe jumătate cu cîteva ore mai înainte de a-l prepara. Apoi se fierbe pe jumătate. Se prăjește ceapa ca pentru sarmale și se adaugă grîul. Se adaugă sare, piper, verdeață și cine dorește stafide. Apoi se fac sarmale și se fierb la foc pe mașină.

253. Cremă de griș

4 linguri griș, 1/2 litru lapte, 4 gălbenușuri, 4 linguri de zahăr, 1/2 kg frișcă, 2 foi de gelatină, fructe zaharate.

Se freacă gălbenușurile cu zahăr, se adaugă grișul și gelatina dizolvată în două linguri de lapte călduț. Această compoziție se subțiază cu lapte clocotit, turnat puțin cîte puțin și amestecînd repede. Se pune apoi pe mașină, pînă ce dă în clocot, amestecînd tot timpul. Se dă la rece; iar cînd s-a răcit se amestecă cu 1/2 din cantitatea de frișcă bătută, fructele zaharate tăiate bucățele.

Se pune în formă și se dă la gheață; după ce s-a întărit bine, se răstoarnă, scufundînd numai o clipă forma în apă fierbinte. Se ornează cu restul de frișcă bătută și cine dorește adaugă și rom.

254. Gogoşi de griş cu şuncă la cuptor

½ litru lapte, 1 pahar mare griş, 2 ouă, 2 felii şuncă, 1 pahar smîntînă, 50 g caşcaval, sare, 4 linguri grăsime, 3 linguri pesmet.

Se fierbe grişul cu lapte şi sare, se lasă să se răcească şi se amestecă cu un ou. Se fac mici gogoşi, cu şuncă tăiată mărunt la mijloc. Gogoşelele se dau prin făină, ou şi pesmet şi se prăjesc în grăsime bine încinsă. Se pun apoi într-un vas care merge la cuptor, se toarnă smîntîna şi se pune pe deasupra caşcavalul ras şi şuncă tăiată fin. Se dau la cuptor să se rumenească.

255. Triunghiuri cu brînză

½ litru lapte, 1 pahar griş, 1 ou, 2 linguri făină, 3 linguri pesmet, 3 linguri grăsime, sare, brînză de vacă.

Se fierbe grişul în lapte cu sare. Se lasă să se răcească şi se amestecă cu oul şi făina. Se întinde o foaie groasă de ½ cm, pe scîndura presărată cu făină. Se taie pătrate. În mijlocul pătratelor se pune brînză de vacă amestecată cu ou şi sare. Se împreună două colţuri opuse, formînd un triunghi. Se dau triunghiurile prin pesmet şi se prăjesc în grăsime bine încinsă. Se servesc lîngă soteuri de fasole verde, mazăre etc.

256. Salată imitaţie de icre

Griş fiert mai tare, 1 ceapă, sare de lămîie sau zeamă de lămîie, sare, boia, ½ pahar ulei.

Se prepară din griş fiert, care se bate bine cu ulei, o ceapă tăiată foarte mărunt, sare de lămîie sau zeamă de lămîie şi se colorează cu puţină boia de ardei dulce.

PASTE FĂINOASE

Reguli de observat

Pastele făinoase se fierb descoperit, într-o cantitate mare de apă, cu sarea necesară şi la foc domol.

În timpul fiertului se amestecă cu furculiţa, ca să nu se prindă de fundul vasului.

După ce au fiert, se strecoară şi se trec prin altă apă clocotită, pentru ca să se îndepărteze amidonul care le face lipicioase şi care nu convine mai ales persoanelor suferind de constipaţie.

Deoarece pastele făinoase nu conţin grăsime în compoziţia lor, trebuie să fie asociate cu grăsime multă, pentru a fi cît mai gustoase şi mai hrănitoare.

Toate preparatele din macaroane sînt bine reușite, numai dacă macaroanele sînt bine fierte.

Preparatele dulci din paste făinoase trebuie bine aromate.

În toate preparatele macaroanele pot fi înlocuite cu fidea, ori cu tăiței sau iofca de casă (v. 248).

257. Macaroane cu sos de roșii

500 g macaroane, 4 linguri unt, 2 kg roșii sau 4 linguri bulion, sare, 100 g cașcaval, 2 linguri zahăr.

Se tierb macaroanele în apă clocotită cu sare, se strecoară și se amestecă cu două linguri de unt și cașcaval ras. Se așază în tavă și se dau la cuptor să se rumenească, cu puțin unt pe deasupra. Separat se prepară sosul de roșii astfel: în restul de unt topit se adaugă zeamă de roșii opărite și date prin sită. Se poate proceda și astfel: se pun roșiile opărite tăiate felii după ce li s-a curățat pielița și semințele, fără să se mai dea prin sită Se lasă apoi să fiarbă, se potrivește din sare, se adaugă zahărul și se servește în sosieră alături de macaroane.

Se pot amesteca macaroanele o dată cu untul, cu cașcavalul ras și cu sosul de roșii. Se așază în tavă și se rumenesc la cuptor.

258. Macaroane cu brînză

300—350 g macaroane, 200 g brînză de oi, 3 linguri unt, sare, 3 ouă.

Macaroanele fierte în apă clocotită cu sare se strecoară și se amestecă cu brînză rasă și cu ouăle bătute; se așază în tavă, cu bucăți de unt printre ele. Deasupra se pun cîteva bucăți de unt și se dau la cuptor să se rumenească. Se servesc fierbinți. Se pot prepara și fără ouă.

259. Macaroane cu unt

300—350 g macaroane, 3 linguri unt.

Macaroanele bine fierte în apă clocotită cu sare se strecoară în momentul cînd se dau la masă și se servesc cu bucăți de unt pe deasupra.

260. Macaroane cu șuncă

300—350 g macaroane, 200 g șuncă, 3 linguri unt, sare.

Macaroanele fierte și strecurate se așază în tava unsă, un rînd de macaroane, un rînd de șuncă sau orice afumătură tăiată bucățele și bucăți de unt. Se continuă tot așa pînă ce

se umple tava. Se dau la cuptor cu unt pe deasupra. Se servesc fierbinți.

261. Macaroane cu nuci

300—350 g macaroane, 50 nuci, 6 linguri zahăr, sare.

Macaroanele fierte bine și strecurate se amestecă cu nucile pisate și cu zahărul. Cine dorește poate adăuga puțină scorțișoară sau coajă de portocală. Se servesc reci.

262. Budincă de macaroane

200 g macaroane, 200 g caşcaval sau brînză, 200 g smîntînă, 3—5 ouă, 200 g unt, 200 g şuncă, sare.

Se fierb macaroanele în apă clocotită cu sare. Se scurg de apă și se lasă să se răcească. Separat se freacă untul spumă, se adaugă gălbenușurile, smîntîna, macaroanele, caşcavalul și șunca tăiate bucățele și se amestecă toate la un loc. La urmă, se adaugă albușurile bătute spumă și se amestecă bine. Se toarnă compoziția într-o tavă bine unsă cu unt și presărată cu pesmet și se fierbe în baie de apă, la cuptor, timp de 1/2 oră. Se poate servi la masă ca primul sau al doilea fel, cu caşcaval ras pe deasupra și cu smîntînă. Se poate servi ca al treilea fel, cu zahăr sau cu smîntînă amestecată cu zahăr (fără șuncă).

263. Macaroane cu carne în foaie

300 g macaroane, 1/2 kg carne, 4—5 cepe, 3 linguri grăsime.

În cratița îmbrăcată în foaie de aluat franțuzesc (v. 850), sau o coca din 300 g făină, 150 g unt, 1 ou, sare, sau oricare alt aluat, se așază un rînd de macaroane fierte, un rînd de carne de vițel preparată ca pentru pateuri (carnea tocată și înăbușită cu ceapă, apoi dată prin mașină și amestecată cu ou, sare și piper). Peste carne se așază un alt strat de macaroane și unt pe deasupra. Se strînge foaia spre mijloc și se pune capac din aceeași coca. Se unge cu ou și se dă la cuptor.

264. Musaca de macaroane cu carne

Aceleași cantități ca la budinca de macaroane.

Se fierb macaroanele. Carnea se prepară ca la macaroane în foaie (v. 263). Se așază într-o formă unsă cu grăsime și presărată cu pesmet, un rînd de macaroane, unt sau grăsime, un rînd de carne și vara felii de roșii. Se continuă

tot astfel și se termină cu un rînd de macaroane. Se dă la cuptor să se rumenească.

265. Iofca cu unt

300 g iofca, 2—3 linguri unt.

Se fierbe iofcaua (v. 248), se așază în tavă cu unt și se dă la cuptor sau se servește imediat. Se poate fierbe numai în lapte, atît cît cuprinde, iar cînd se dă la masă se adaugă unt.

266. Iofca cu brînză sau cu carne

Se prepară la fel, amestecîndu-se cu brînză sau cu carne tocată și prăjită cu ceapă înăbușită, sare, piper și verdeață.

267. Macaroane ca garnitură la soteuri

Macaroanele bine fierte, amestecate cu unt, se servesc ca garnitură la diferite soteuri sau la tocăniță.

268. Tăiței cu lapte

300 g tăiței, 1 litru lapte, 200 g zahăr, vanilie.

Se clocotește laptele în care s-a dizolvat zahărul, se adaugă tăiței preparați (v. 248), vanilia sau coajă de lămîie. Se lasă să fiarbă la foc potrivit.

PREPARATE DIN MĂLAI

269. Mămăligă fiartă

1 1/2 litru apă, 1/2 kg mălai, sare.

Se clocotește apa cu sarea. Se toarnă făina de porumb (mălaiul) toată odată și se lasă să fiarbă. Pentru ca făina să fiarbă bine, se desface în două cu făcălețul. După ce a fiert astfel cam 1/2 oră, se amestecă cu făcălețul, pînă se desface bine de pe făcăleț. Se strînge mămăliga cu o lingură de lemn muiată în apă. Se mai lasă puțin pe marginea mașinii să răsufle și se răstoarnă pe un fund de lemn.

270. Mămăliguță pripită

Se pune apa la clocotit cu sare și cînd clocotește se adaugă mălaiul în formă de ploaie, amestecîndu-se mereu cu făcălețul, cu o lingură mare sau cu telul, pînă ce mămăliga

se îngroașă și mălaiul este bine fiert. Se servește răsturnată pe fund sau pe farfurie.

271. Mămăliguță cu brînză

Mămăliguța preparată pripit se așază într-o tavă unsă cu unt, un rînd de mămăliguță, un rînd de brînză rasă. Se continuă pînă ce se umple tava, pe deasupra rămînînd un strat de brînză. Se mai pune unt și se dă la cuptor, numai puțin timp, altfel se întărește mămăliga.

Observație: resturile de mămăliguță rece nu se aruncă, se pot folosi la prepararea altei mămăliguțe. Se moaie bine mai din vreme în apă rece și se amestecă în apa rece în care se va prepara o altă mămăliguță.

272. Turtiță de mălai

Se fierbe cir (mămăligă subțire, care curge) și se toarnă clocotit peste mălai cernut. Se amestecă și se face o cocă. Se frămîntă apoi pînă ce se leagă bine. Se poate presăra și un praf de făină de grîu. Se întinde în tavă și se coace la foc potrivit.

273. Taci și înghite

1½ litru lapte, ½ kg făină de porumb, 4 linguri smîntînă, 4 linguri unt, 6 ouă.

Se prepară o mămăliguță cu lapte în loc de apă și cînd este bine fiartă, se amestecă cu unt și smîntînă. Se pune mămăliguța într-o tavă unsă cu unt. Se fac cuiburi în mămăliguță și se sparge în fiecare cuib cîte un ou. Se presară sare și se pun bucățele de unt. Se dă la cuptor pînă ce se încheagă albușul. Se servește fierbinte.

274. Halmoș-Balmoș

Mămăliguță subțire, 8 linguri unt proaspăt, ½ kg brînză de oaie.

În untul cald se pune brînză de oaie. Se lasă pe foc să se înfierbînte bine, se adaugă apoi mămăliguța fiartă subțire. Se mai lasă pe foc să fiarbă și se servește fierbinte.

275. Budincă de mălai

1 litru lapte, 4 ouă, 4 linguri unt, ¼ kg brînză de oi, sare, ¼ kg mălai.

Se face un terci de mălai cu lapte. Se lasă să se răcească. Untul frecat spumă se amestecă bine cu gălbenușu-

rile, terciul răcit și brînza sfărîmată cu furculița. La urmă se adaugă albușul spumă și se amestecă. Compoziția aceasta se așază într-un vas uns cu unt, și se coace la foc iute. Se servește în același vas, cu caşcaval ras pe deasupra.

276. Colțunași de mălai cu brînză

½ kg mălai, 4 ouă, ½ litru lapte, 3 linguri unt, 3 linguri grăsime, 150 g brînză de oi, 3 linguri pesmet.

Se fierbe mălaiul în lapte, se adaugă untul, patru ouă pe rînd, unul cîte unul, și se amestecă bine. Pe planșeta presărată cu făină se întinde o foaie groasă de ½ cm. Se taie forme rotunde sau pătrate, se pune în mijlocul lor brînză amestecată cu ou, se îndoaie aluatul peste brînză și se lipește, apăsîndu-se cu mîna, ca să nu iasă brînza. Se dau prin ou și pesmet și se prăjesc în grăsime bine încinsă. Cine dorește le poate servi cu caşcaval ras pe deasupra.

277. Gogoșele cu smîntînă

Aceleași cantități ca la colțunași de mălai cu brînză (v. 276) în plus 100 g șuncă sau brînză, 3 linguri smîntînă.

Din compoziția de colțunași din rețeta de mai sus se fac gogoșele cu șuncă tăiată mărunt sau cu brînză. Se dau prin ou și pesmet, se prăjesc în grăsime încinsă. Se așază într-un vas care merge la cuptor, se toarnă pe deasupra smîntînă și se pun bucățele de șuncă și caşcaval ras sau brînză. Se dau la cuptor să se rumenească. Se servesc fierbinți.

278. Supă de porumb verde

6—10 porumbi, 1 litru lapte, 2 linguri unt, 2 linguri smîntînă, 1 gălbenuș, sare.

Se sfărîmă porumbul, se pune la fiert și se lasă să clocotească, pînă ce a fiert bine. Se trece apoi prin sită, se subțiază cu laptele clocotit, se potrivește de sare, se servește cu unt proaspăt pe deasupra. Pentru a fi și mai gustoasă, se drege cu smîntînă sau cu gălbenuș și smîntînă.

279. Sărmăluțe cu păsat

¼ kg păsat, 6 cepe, 2 linguri grăsime, făină, 2 linguri bulion, sare, piper, 150 g slănină afumată.

Se prăjește ceapa tăiată mărunt, în grăsime încinsă. Se adaugă păsatul, sarea și piperul. Se lasă să înfloarească

(adăugîndu-se puțină apă). Se adaugă apoi bucățele de slănină afumată. Se fac sărmăluțe în foi de varză acră, se așază în cratiță și se toarnă deasupra sos de roșii sau de bulion. Se lasă să fiarbă la foc potrivit. Cine dorește le poate servi cu smîntînă.

280. Prăjitură uscată

$\frac{1}{4}$ kg unt, 125 g mălai, 125 g făină, $\frac{1}{4}$ kg zahăr, 1 pachet praf de copt, coajă de lămîie, $\frac{1}{2}$ baton vanilie, 6 ouă.

Se freacă untul cu zahărul pînă se dizolvă zahărul. Se adaugă ouăle întregi, unul cîte unul. Se adaugă făina și mălaiul, praful de copt, coaja de lămîie rasă și vanilia tăiată mărunt. Se coace în forme mici, unse bine cu grăsime. Se servesc presărate cu zahăr pudră.

281. Prăjitură din mălai

200 g mălai, 2 linguri zahăr, 3 ouă, 1 pahar smîntînă, 1 vîrf de cuțit de bicarbonat.

Se oprește mălaiul și se amestecă cu zahărul și sarea. După ce se răcește, se adaugă bicarbonatul dizolvat în puțin oțet, zeamă de lămîie sau rom, ouăle bătute și smîntîna. Se pune compoziția într-o formă unsă și presărată cu făină și se coace la un foc potrivit $\frac{1}{2}$ oră.

282. Prăjitură americană

1 pahar mare mălai, 5 linguri făină de grîu, 1 vîrf de cuțit de bicarbonat, 25 g zahăr pudră, 2 ouă, 2 linguri unt proaspăt topit, 2 pahare lapte, miere.

Se amestecă făina de grîu și mălaiul cu zahărul și bicarbonatul dizolvat în zeamă de lămîie, oțet sau rom, se adaugă ouăle bine bătute, laptele și untul topit ; se amestecă bine și se coace în tavă bine unsă. Se servește cu miere de albine pe deasupra. Dacă se prepară cu drojdie în loc de bicarbonat, se lasă la dospit $\frac{1}{2}$ oră.

283. Prăjitură păianjen

5 linguri de mălai, 5 linguri orez fiert în lapte și răcit, 2 ouă, 1 lingură unt topit, $\frac{1}{2}$ kg lapte acru, 1 vîrf de cuțit de bicarbonat, 2 linguri zahăr pudră.

Se amestecă bine orezul fiert și răcit cu mălaiul, ouăle întregi, untul topit, bicarbonatul dizolvat în zeamă de lă-

miie, oțet sau rom și zahărul. La urmă se adaugă laptele acru. Se coace la foc potrivit, în formă bine unsă.

284. Prăjitură uscată

2 pahare mălai, 3 linguri zahăr, 3 linguri unt proaspăt, 3 ouă, sare.

Se freacă untul cu zahărul, se adaugă ouăle, se amestecă apoi cu mălaiul muiat în apă caldă și sare. Se întinde compoziția groasă de un deget, într-o tavă bine unsă. Se dă la cuptor la foc iute. Se coace pînă ce capătă o culoare închisă, se taie bucăți și se servește, fie presărată cu zahăr, fie unsă cu un strat de marmeladă de fructe. Peste marmeladă se pot presăra nuci tăiate, sau se pot suprapune două felii una peste alta.

285. Altă prăjitură uscată

1 pahar mare mălai, 1/2 pahar făină de grîu, 6 linguri zahăr, 1/2 pahar lapte, 4 linguri unt proaspăt, 4 ouă, nuci, smochine, 1 vîrf de cuțit de bicarbonat, coajă de lămîie, miere.

Se freacă bine untul cu zahărul, se adaugă ouăle, făina de grîu și de porumb amestecate, bicarbonatul dizolvat în zeamă de lămîie, oțet sau rom, se subțiază cu lapte, se pun nucile și smochinele tăiate, coaja de lămîie rasă. Se coace în formă bine unsă și presărată cu făină de grîu, la foc potrivit, 1 1/2 oră. Se servește cu miere de albine pe deasupra.

286. Savarină cu făină de porumb

3 ouă, 3 linguri zahăr, 3 linguri făină de grîu, 2 linguri făină de porumb.
Siropul: 1 pahar mic zahăr, 1 pahar mare apă, 1/2 baton vanilie, 1 lingură zeamă de lămîie.

Se bat ouăle cu telul la un loc cu zahărul într-un căzănel (ca la tort). Se bat bine, se adaugă făina de grîu și de porumb, sub formă de ploaie. Compoziția se coace în formă bine unsă și pudrată cu pesmet. După ce s-a copt bine savarina, se însiropează cu sirop în forma în care s-a copt. Siropul se prepară din apă, zahăr, vanilie și zeamă de lămîie. Se fierbe pînă se leagă. După ce savarina a fost însiropată, se mai dă puțin la cuptor. Se răstoarnă și se glasează cu marmeladă de fructe.

287. Budincă de făină de porumb cu mere

1 litru lapte, 5 linguri griș, 5 linguri mălai, 8 linguri zahăr, 6 ouă, 3 linguri unt, coajă de lămîie, 50 g stafide, 1 kg mere.

Se clocotește laptele cu sare și zahăr, se adaugă în formă de ploaie grișul amestecat cu făină de porumb. Bine fiert, se dă la rece. Separat se freacă untul spumă, se adaugă gălbenușurile, mălaiul cu grișul fiert rece, stafidele, coaja de lămîie rasă, iar la urmă albușul spumă. Se amestecă toate ușor. Într-o formă bine unsă și presărată cu pesmet, se pune un rînd din compoziție, un rînd de mere curățate și tăiate felii foarte subțiri. Se continuă astfel pînă ce se umple forma. Se coace la foc potrivit. Budinca se servește presărată cu zahăr sau cu un sos de vin (v. 288). Cine dorește poate pune la muiat merele cu zahăr pe mașină.

288. Altă budincă de mălai

3 ouă, 1 pahar mic cu mălai, 2 linguri griș, 6 linguri zahăr, 1 litru lapte, 1/2 baton vanilie, sos de vin.

Se bat ouăle cu trei linguri de zahăr pe marginea mașinii, ca pentru tort. Se adaugă mălaiul amestecat cu grișul. Se pune compoziția în formă de budincă, bine unsă și presărată cu pesmet. Se coace la foc potrivit. Se răstoarnă, se șterge forma bine de pesmet și se pune din nou budinca în formă. Se însiropează cu laptele clocotit cu 3 linguri zahăr și vanilie. Laptele se toarnă puțin cîte puțin, pînă ce este absorbit de budincă. Se mai dă 1/4 de oră la cuptor. Se răstoarnă pe farfurie și se servește cu sos de vin sau cu marmeladă de fructe.

Sosul de vin: Se amestecă 3 gălbenușuri cu 3 linguri de zahăr, se subțiază cu 1 pahar de vin care a fiert mai înainte cu puțină scorțișoară. Se pune apoi pe mașină să fiarbă pînă ce se glasează lingura, adică rămîne îmbrăcată în sos. Se amestecă tot timpul. Sosul de vin se toarnă fierbinte peste budincă.

289. Plăcintă de mălai

1/2 kg mălai, 2 linguri grăsime, 1/4 kg brînză, 30 g drojdie.

Mălaiul cernut se opărește cu apă clocotită. Se amestecă apoi cu brînză, puțină drojdie de bere, grăsime și sare. Se

lasă puțin să dospească. Se toarnă într-o tavă lungă un strat cam de 2 cm grosime. Se coace și se taie bucăți. Se servește caldă.

Observații: La orice preparat de mălai dacă se adaugă puțin griș, devine pufos.

Preparatele cu mălai sînt mai gustoase dacă sînt pregătite cu grăsime multă.

Mălaiul se cerne fin astfel: se aruncă mălaiul cu mîna dreaptă pe dosul sitei ținute oblic cu mîna stîngă.

PREPARATE DIN OREZ

Reguli de observat

Orezul se fierbe la foc moale.

Se socotește o ceșcuță de orez de persoană.

Lichidul trebuie să fie de trei ori mai mult decît cantitatea de orez, adică la o ceșcuță de orez se pun trei ceșcuțe de apă.

Nu se amestecă cu lingura fiindcă se zdrobește orezul.

Se fierbe acoperit pentru ca să înflorească frumos.

La orezul cu lapte, zahărul se adaugă la urmă, iar cînd dă în clocot, se adaugă puțină sare. Zahărul adăugat la început întărește orezul.

Preparatele din orez fierte în cuptor sînt mai gustoase. Se prezintă mai frumos și bobul rămîne întreg.

Pentru persoanele predispuse la constipație orezul trebuie preparat în mod special, astfel încît să nu fie lipicios și să nu conțină amidon. Se spală în 2—3 ape reci, se pune la fiert cu apă mai multă, se aruncă prima apă și cînd a dat în clocot, se înlocuiește cu altă apă fierbinte, sărată.

Se fierbe orezul numai atît cît este necesar ca bobul să rămînă întreg și totuși fiert.

Ca să fie mai gustos, orezul trebuie asociat cu mai multă grăsime.

290. Pilaf de dovlecei

3 dovlecei după mărime, 6 linguri ulei, 4 ceșcuțe orez, 4 cepe, 4 roșii, mărar verde, sare, piper.

Dovleceii curățați de coajă se taie în jumătăți în lungime, se scot semințele, se taie felii rotunde, groase cam de 1/2 cm. Se prăjesc. Se înăbușă ceapa, orezul spălat, mărarul, piperul și roșiile felii. Se amestecă și cu dovleceii prăjiți și se adaugă apă fierbinte, de trei ori cît cantitatea de orez. Se scade bine și se servește rece, dacă este preparat cu ulei, și cald, dacă s-a preparat cu unt. Se presară pătrunjel verde tocat pe deasupra.

291. Pilaf de spanac

2 kg spanac, 4 ceşcuţe orez, 4—5 cepe, 6—7 linguri de ulei, sare, puţin piper.

Spanacul se spală în multe ape pentru a îndepărta tot nisipul. Curăţat şi bine spălat, se opăreşte. Se înăbuşă ceapa, se adaugă orezul şi se înăbuşă puţin, se adaugă spanacul şi se fierbe cu apa în care a fost opărit socotind cantitatea de lichid de două ori mai mult decît cantitatea de orez. Se serveşte rece.

În acelaşi fel se prepară pilaf de ştevie, de lobodă şi de urzici.

292. Pilaf de ardei verde

4 ceşcuţe orez, 10 linguri ulei, 8—9 roşii mari, 15—20 ardei graşi, 6—7 legături de pătrunjel şi mărar, 6—7 cepe mari, sare, piper.

Se înăbuşă ceapa fin tăiată cu orezul bine spălat, roşiile tăiate felii, piper, sare, verdeaţă tocată, ulei şi apă. Se aşază într-o tavă un rînd de roşii tăiate felii, curăţate de pieliţă, un rînd de ardei tăiaţi felii, înăbuşiţi separat cu sare, verdeaţă, un rînd de orez înăbuşit cu ceapă, şi roşii, şi se continuă pînă ce se termină toată cantitatea, deasupra rămînînd un strat de roşii şi verdeaţă. Se toarnă ulei rece şi se dă la cuptor pînă ce se rumeneşte bine. În momentul cînd se serveşte, se mai adaugă roşii, ardei şi verdeaţă trecute prin maşina de carne.

Se serveşte rece şi cu verdeaţă tocată pe deasupra.

Observaţie: se poate pune orez mai puţin fiindcă se completează cu ardeiul. De asemenea lichidul este înlocuit cu zeama de la roşii.

293. Orez cu sos de roşii (Rizoto)

6 ceşcuţe orez, 100 g caşcaval, 1 kg roşii sau 4 linguri bulion, 4 linguri unt, sare.

Orezul bine spălat se înăbuşă în unt şi se adaugă zeamă de carne sau apă fierbinte, de trei ori mai multă decît cantitatea de orez. Se potriveşte de sare. Se fierbe acoperit şi cînd este pe jumătate fiert, se adaugă caşcavalul ras şi se dă la cuptor 15 minute. După ce este complet fiert, se amestecă cu sos de roşii sau cu bulion. Se aşază în formă, se mai ţine cîteva minute la cuptor şi se răstoarnă în farfuria în care se serveşte, cu unt şi caşcaval ras pe deasupra şi sos de roşii în sosieră. Se poate servi punînd rizoto-ul fier-

binte în cești de cafea cu lapte, cu fundul rotund, care se răstoarnă pe farfuria mare de servit.

294. Orez cu șvaițer

Se prepară la fel ca orezul cu sos de roșii și se servește cu sos de roșii sau fără sos de roșii.

295. Orez cu prune

6 ceșcuțe orez, 60 prune, 6 linguri ulei, 4 linguri zahăr, sare.

Se fierb pe jumătate prunele bine spălate. Se înăbușă orezul în ulei, picurîndu-se zeama în care au fiert prunele. Se adaugă prunele, sarea și cînd orezul este complet fiert, se adaugă zahărul. Se dă la cuptor și se servește fie cald, fie rece.

296. Orez cu stafide

6 ceșcuțe orez, 50 g stafide, 6 linguri ulei, 4 linguri zahăr, sare.

Se prepară la fel ca orezul cu prune, cu singura deosebire că stafidele nu se fierb, ci se pun direct în orez, după ce a fost stins cu apă.

297. Orez cu lapte

1 litru lapte, 75 g orez, 150 g zahăr, ½ baton vanilie, puțină sare.

Se alege și se spală orezul cu jumătate de oră mai înainte de a se prepara. Se pune la fiert cu lapte rece, la foc iute la început pînă ce dă cîteva clocote și apoi pe foc domol. Se adaugă sarea, iar vanilia și zahărul numai cînd orezul este complet fiert. Se mai lasă să dea un clocot. Se toarnă într-un castron și se servește rece, garnisit cu dulceață de vișine sau de portocale, mere sau pere din compot, scorțișoară, zahăr ars etc.

298. Orez cu portocale

Aceleași cantități ca la orezul cu lapte, în plus 3—4 portocale.

Se prepară la fel ca orezul cu lapte, garnitura însă diferă. Se garnisește cu felii de portocale și coajă tăiată subțire, fierte în sirop. Se mai poate garnisi și cu frișcă bătută, felii și coajă de portocale fierte în sirop.

299. Pilaf de pui

1 pui, 1 ceapă, 200 g unt, sare, 6 ceşcuţe orez.

Se fierbe cu apă rece puiul tăiat în bucăţi. După primul clocot se adaugă sarea şi ceapa. După ce puiul a fiert, zeama se strecoară. Separat se pune orezul să se înăbuşe în unt. Se picură în orez zeama în care a fiert puiul socotindu-se la o măsură de orez 3 măsuri de zeamă. Se fierbe la foc moale sau la cuptor trei sferturi de oră, pînă ce orezul înfloreşte, învelind capacul cratiţei cu un şervet. Bucăţile de carne se pun în pilaf numai cînd orezul este aproape fiert. Se acoperă cratiţa şi se mai fierbe la cuptor. Se serveşte fierbinte, adăugîndu-se în ultimul moment unt proaspăt.

300. Pilaf călugăresc

7—8 bucăţi peşte sărat, 4—5 ceşcuţe orez, 5—6 cepe, 1 pahar ulei.

Peştele sărat (somn, şalău, nisetru) se pune la desărat în apă şi se ţine pînă ce rămîne atîta sare, cît trebuie pentru gătit. Se curăţă de solzi (dacă are), se spală bine şi se taie în bucăţi. Se pune la fiert cu atîta apă cît să-l acopere. Fierbe foarte uşor, nu trebuie lăsat deci mult, căci se sfărîmă. Între timp se taie ceapa mărunt şi se înăbuşă în ulei. Orezul spălat se pune peste ceapa înăbuşită, şi se înăbuşă şi el puţin. Se toarnă deasupra zeama în care a fiert peştele. Se fierbe bine orezul şi cînd este gata, se adaugă şi peştele. Nu se fierbe prea uscat, ci se lasă mai zemos, ca pilaful de pasăre. Se aşază în farfurie şi se serveşte rece.

301. Pilaf de mînătărci

150 g mînătărci, 6 ceşcuţe orez, sare, piper, 10 linguri ulei, 4—5 cepe.

Se spală mînătărcile în mai multe ape călduţe şi se pun din ajun la muiat cu apă caldă. Bine muiate, se taie felii subţiri, se pun la fiert în apa în care s-au muiat şi cînd încep să fiarbă, se adaugă o ceapă tăiată în patru. După ce au fiert bine, se înăbuşă în ulei ceapa tăiată mărunt, numai atît, cît să se moaie bine, se adaugă orezul spălat, se mai înăbuşă şi cu orezul, apoi se adaugă mînătărcile cu zeama în care au fiert. Se fierbe trei sferturi de oră la foc domol, ca la pilaful de pasăre. Se serveşte rece.

302. Pilaf de raci

18 raci, 6 ceşcuţe orez, 16 linguri ulei, sare, ceapă, piper, verdeaţă.

Se spală racii şi se freacă bine de tot cu peria, ca să se scoată tot noroiul. Se limpezesc şi li se scoate intestinul în felul următor: coada racului are trei solzi, se trage cel din mijloc, mişcîndu-se în dreapta şi în stînga, pînă iese cu intestin cu tot. Imediat se aruncă racul în apa clocotită cu sare, ceapă, piper. După ce au fiert 1/2 oră, se scot racii din apă şi se desfac din carapace, iar cozile şi picioarele se pun de o parte, scoase din coajă. Toate resturile se usucă puţin la cuptor, afară de carapace, care va servi ca garnitură. Resturile uscate se pisează şi se prăjesc apoi în toată cantitatea de ulei bine încins, se sting cu zeama în care au fiert racii. Se fierb şi se lasă pe marginea maşinii ca să se ridice grăsimea deasupra. Această grăsime se ia încet şi se pune să se încingă în cratiţa în care se va prepara pilaful. Se adaugă ceapă tăiată mărunt. După ce s-a muiat ceapa, se adaugă şi orezul, zeama în care au fiert resturile pisate, strecurată, şi zeama în care au fiert racii întregi. Cantitatea de lichid trebuie să fie de trei ori mai mare decît cantitatea de orez. Se fierbe la foc potrivit în vas acoperit. Se aranjează în farfurie în diferite forme şi se garnisesţe cu cozile curăţate şi cu carapacele, care se umplu cu orez. Printre ele se aruncă crenguţe de pătrunjel verde Se pot opri raci întregi fierţi, cu care se garnisesţe pilaful.

303. Pilaf cu şuncă

6 ceşcuţe orez, 2—3 cepe, 2 linguri grăsime, 200 g şuncă.

Se înăbuşă ceapa, se adaugă apă multă şi se lasă să fiarbă pînă ce scade, se adaugă orezul şi apoi lichidul necesar; cînd orezul este pe trei sferturi fiert, se adaugă şunca tăiată cubuleţe, iar cînd este fiert pe deplin, se adaugă unt proaspăt şi se serveşte.

304. Pilaf cu mazăre şi şuncă

Aceleaşi cantităţi ca la pilaful cu şuncă în plus 1/2 kg mazăre verde, 100 g caşcaval.

Se prepară la fel ca pilaful cu şuncă (v. 303), se mai adaugă mazăre fiartă şi caşcaval tăiat cuburi.

305. Pilaf cu afumături

Aceleași cantități ca la pilaful cu șuncă.

Se prepară ca pilaful cu șuncă (v. 303), înlocuind șunca cu orice fel de afumături.

306. Pilaf de ficat (măruntaie)

6 ceșcuțe orez, 2—3 cepe, 2 linguri grăsime, 200 g ficat.

Orice rest de ficat sau de rinichi, carne, se taie în bucățele mici și se amestecă în pilaful preparat ca pilaful cu șuncă (v. 303).

307. Pilaf cu zarzavaturi și legume

4 ceșcuțe orez, 2—3 cepe, 2 linguri grăsime, 300 g legume.

Orice zarzavat sau legume fierte se pot amesteca în pilaful preparat ca pilaful cu șuncă (v. 303).

308. Pilaf cu zacuscă de vinete și gogoșari

4 ceșcuțe orez, 2 linguri ulei, sare, zacuscă de vinete.

Se prepară pilaful ca pilaful cu șuncă (v. 303) și se amestecă cu zacuscă de vinete (v. 1246).

309. Crochete de orez

4 ceșcuțe orez, lapte, 1—2 ouă, sare, 1 lingură unt.

Se prepară la fel ca crochetele de griș (v. 43).

310. Garnitură de orez la soteuri de ficat și rinichi

4 ceșcuțe orez, 2 linguri unt, sare, piper.

Pilaful simplu se poate servi ca garnitură la soteurile de ficat, de rinichi sau la tocăniță.

311. Orez în foaie

5 ceșcuțe orez, 3 linguri unt, 2 cepe, 200 g șuncă, 500 g mazăre, cîntărită necurățată, sare, piper, foaie de aluat.

Se înăbușă ceapa, se adaugă apă și se lasă să fiarbă pînă ce scade bine ; se adaugă orezul, se mai înăbușă 2—3 minute apoi se adaugă mazărea și cantitatea necesară de apă clocotită. Se lasă să fiarbă 25 de minute și apoi se adaugă șunca tăiată cubulețe, apoi restul de unt, sare, piper *).

*) Se tapetează forma cu aluat și se procedează apoi ca la 318.

Reguli de observat

Budincile se servesc răsturnate pe farfurii. Ele trebuie prezentate întregi, crescute şi rumenite. Se servesc simple sau cu diferite sosuri.

Forma trebuie să fie bine unsă şi presărată cu pesmet.

Se vor întrebuinţa numai ouă proaspete. Gălbenuşurile se amestecă bine de la început ca să fie uniform repartizate în compoziţie, iar albuşurile spumă se amestecă numai în momentul cînd se pune compoziţia în formă.

După ce s-a rumenit, nu se mai ţine budinca în cuptor.

Se servesc imediat ce au fost scoase din cuptor. Dacă mai stau în cuptor, dau îndărăt.

Se pot servi în vasul în care s-au preparat şi care merge la cuptor. În acest caz, înainte de a fi date la cuptor se mai toarnă deasupra lapte amestecat cu ou sau smîntînă. Cînd se servesc, se mai adaugă smîntînă.

312. Budincă de clătite cu spanac

Pentru clătite v. 913.
2 kg spanac, 1—2 ouă, 2 linguri unt.

Se prepară un piure de spanac (v. 57), se fac clătitele, apoi se procedează ca la budinca de clătite cu brînză, aşezîndu-se în forma bine unsă cu grăsime şi presărată cu pesmet, clătitele nerulate : un rînd de clătite, un rînd piure de spanac. Deasupra rămîne o clătită. Se coace la cuptor pînă ce se rumeneşte. Cine doreşte poate pune în piureul de spanac puţină brînză şi smîntînă.

313. Budincă de clătite cu legume de sezon

Pentru clătite v. 913.
750 g legume, 1 ou, 4 linguri smîntînă.

Se fierb bine legumele tăiate bucăţele şi se amestecă cu unt, cu un ou întreg bine bătut şi puţină sare. Se aşază clătitele nerulate cu amestec de zarzavat între ele. Deasupra se toarnă smîntîna amestecată cu ou şi un praf de făină. Se coace budinca la cuptor.

314. Budincă de clătite cu urzici, ştevie sau lobodă

Se prepară la fel cu budinca de spanac (v. 312).

315. Budincă de pîine

3/4 franzelă, 3 ouă, 200 g caşcaval sau brînză, lapte cît cuprinde, 100 g şuncă, 50 g unt, 4 linguri smîntînă.

Se moaie pîinea în lapte se sfărîmă bine şi se amestecă apoi cu untul frecat spumă, cu gălbenuşurile de ou, cu caşcavalul sau cu brînza tăiate bucăţele, smîntîna şi la urmă de tot albuşurile spumă. Se toarnă compoziţia într-o formă unsă cu grăsime şi presărată cu pesmet şi se dă la cuptor. Se serveşte fie simplă, fie cu caşcaval ras sau smîntînă pe deasupra. În momentul cînd se serveşte se mai adaugă puţin unt pe deasupra.

316. Budincă de conopidă

2 conopide potrivite, 150 g smîntînă, 100 g unt, 200 g caşcaval sau brînză, 2 ouă, sare, patru linguri pesmet alb.

Conopida fiartă în apă clocotită cu sare şi bine de tot scursă de apă se dă prin sită şi se amestecă cu untul frecat spumă. Se adaugă gălbenuşurile, caşcavalul — o parte ras şi o parte tăiat bucăţele, pesmetul, smîntîna şi la urmă albuşurile spumă. Se potriveşte de sare. Se toarnă întreaga compoziţie într-o formă bine unsă şi presărată cu pesmet, şi se coace la foc potrivit. Se serveşte cu smîntînă sau cu unt pe deasupra. Pesmetul poate fi înlocuit cu franzelă muiată în lapte.

317. Budincă de spanac

1 1/2 kg spanac, 3 ouă, 1 lingură unt, 3 linguri smîntînă, 2 linguri caşcaval ras, 1 felie franzelă, pesmet, sare.

Spanacul curăţat şi bine spălat se fierbe în apă clocotită cu sare şi un praf de bicarbonat, peste care s-au turnat mai înainte cîteva picături de oţet. După ce a fiert, se strecoară, se dă prin maşina de carne împreună cu o felie de franzelă muiată în lapte şi stoarsă şi se amestecă cu gălbenuşuriie, smîntîna, caşcavalul ras, sare, iar la urmă albuşurile spumă. Compoziţia se coace în formă unsă cu unt şi presărată cu pesmet.

318. Foaia pentru budincă

300 g făină, 2 ouă, 150 g unt, sare, lapte cît cere, puțină drojdie de bere.

Se freacă untul cu făina, se adaugă ouăle, sarea, laptele și se face o cocă potrivit de tare, se dă la rece. Se întinde apoi o foaie groasă de 1/2 cm, și se îmbracă pe dinăuntru o cratiță unsă. Se așază compoziția preparată pentru budincă, se strînge foaia peste umplutură de la margini spre mijloc, se unge cu ou și se dă la cuptor, iar cînd este bine rumenită, se răstoarnă.

Foaia se poate prepara și mai simplu, înlocuindu-se untul cu orice fel de grăsime, iar în loc de ouă se poate pune apă. Din coca rămasă, după ce s-a îmbrăcat forma, se pot tăia diferite mici forme, flori etc., care pot servi drept garnitură deasupra budincii.

319. Budincă de orez în foaie

6 ceșcuțe orez, 2—3 cepe, 100 g șuncă, 150 g unt, 100 g mazăre boabe, 50 g cașcaval, foaie pentru budincă.

Se înăbușă ceapa, se adaugă puțină apă, se lasă să fiarbă pînă ce scade. Se adaugă orezul și de trei ori cantitatea de lichid (apă sau zeamă de oase). După ce orezul a fiert aproape complet, se adaugă mazărea fiartă, șunca tăiată cuburi mici și cașcavalul tăiat bucățele. La urmă se adaugă restul de unt proaspăt. Se tapetează forma cu aluat și se procedează ca la 318.

320. Budincă de macaroane cu carne în foaie

300 g macaroane, 300 g carne, 3—4 cepe, 1 lingură grăsime, 100 g unt, sare, piper și verdeață, foaie pentru budincă.

Se îmbracă o cratiță în foaie (v. 318) sau în foaie de aluat franțuzesc (v. 850), se așază un rînd de macaroane fierte, un rînd de carne, de preferat de vițel, preparată ca pentru pateuri (v. 331). Peste carne se așază un alt strat de macaroane cu unt. Se strînge foaia spre mijloc, se unge cu ou și se dă la cuptor. Se servește sau răsturnată pe o farfurie, sau în vasul special pentru cuptor.

321. Budincă de fidea cu carne în foaie

Se prepară la fel ca budinca de macaroane cu carne în foaie (v. 320).

322. Budincă de tăiței sau de iofca cu carne în foaie

Se prepară la fel ca budinca de macaroane cu carne în foaie (v. 320).

323. Budincă de macaroane cu brînză în foaie

300 g macaroane, 200 g caşcaval sau 300 g brînză, 200 g smîntînă, 2—3 ouă, 200 g unt, 200 g şuncă, sare.

Se fierb macaroanele în apă clocotită cu sare, se scurg de apă şi se lasă să se răcească. Se amestecă apoi cu gălbenuşurile, smîntîna, caşcavalul şi şunca tăiate bucăţele, iar la urmă cu albuşurile bătute spumă. Se tapetează forma cu aluat şi se procedează ca la budinca cu carne (v. 320).

Se poate folosi brînză telemea desărată, brînză telemea amestecată cu brînză de vacă sau numai brînză de vacă.

Se poate pregăti şi fără şuncă.

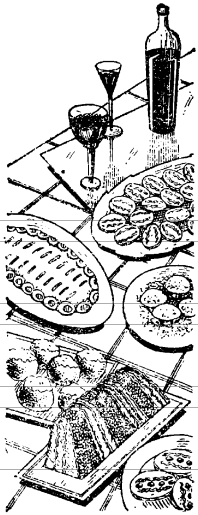
324. Budincă de fidea cu brînză în foaie

Se prepară la fel ca budinca de macaroane cu brînză în foaie (v. 323).

325. Budincă de tăiței sau de iofca cu brînză în foaie

Se prepară la fel ca budinca de macaroane cu brînză în foaie (v. 323).

Aperitivele au de scop excitarea sucurilor gastrice, deci provocarea poftei de mîncare. Aceasta se poate realiza numai cu o condiţie: aperitivele nu trebuie servite cu mult înainte de masă şi niciodată în cantitate prea mare, deoarece efectul va fi cu totul contrar



Aperitivele cu şuncă, unt, mezeluri, trebuie preparate în ultimul moment ca să nu se usuce şi să nu-şi schimbe culoarea în contact cu aerul.

Din orice rest de alimente: ouă, unt, peşte, carne, zarzavaturi etc., se pot combina şi inventa o mulţime de preparate picante care să se poată asocia între ele şi să servească drept aperitiv. Aceasta depinde de experienţa şi spiritul inventiv al gospodinei.

APERITIVE CALDE

326. Cornuri calde la cuptor

8—10 cornuri, 100 g unt, 200 g brînză.

Se taie cornurile în jumătăţi, se ung cu unt proaspăt şi se presară cu brînză sau caşcaval ras deasupra.
Se pun în tavă şi cu 10 minute înainte de a se servi la masă se dau la cuptor iute să se rumenească puţin.

În loc de cornuri se pot pregăti aperitive din felii de franzelă unse cu unt amestecat cu gălbenuş de ou fiert răscopt, dat prin sită. Pe deasupra se presară cu caşcaval ras

sau cu altă brînză. Se dau la cuptor, la foc iute, cu 10 minute înainte de a fi servite.

327. Pateuri din foi grecești

$^1/_4$ kg foi de plăcintă, 300 g carne, 2—3 linguri grăsime, 5—6 cepe, sare, piper.

Pe foaia de ștrudel, stropită cu unt, se pun grămăjoare de carne preparată ca pentru pateuri (v. 331), așezate la distanță de 2 cm între ele. Se rulează foaia ca la ștrudel. Se taie rulouri din loc în loc între grămăjoarele de carne, se răsucesc capetele și se prăjesc în grăsime bine încinsă. Se pot coace la cuptor.

328. Tarte cu ciuperci și caşcaval

$^1/_2$ kg ciuperci, 2 ouă, 100 g unt, 200 g caşcaval, aluat din 300 g făină (v. 850).

Se taie forme pătrate sau rotunde din aluat franțuzesc sau din cocă fragedă, pe margini se așază o fîșie îngustă de cocă sau un rulou, astfel ca să rămînă o gropiță la mijloc în care se pun ciuperci înăbușite în unt, o felie de ou răscopt, și pe deasupra o feliuță de caşcaval. Se dau la cuptor la foc iute, să se rumenească puțin caşcavalul.

329. Felii de franzelă cu caşcaval

12 felii franzelă, 100 g unt, 300 g caşcaval.

Feliile de franzelă, tăiate subțire, unse cu unt și pe deasupra cu felii de caşcaval, se dau la cuptor iute și se lasă pînă ce se moaie caşcavalul, apoi se servesc calde.

330. Crenvurşti în aluat franțuzesc

6 crenwurşti, 100 g caşcaval, sos alb, aluat franțuzesc.

Din aluat franțuzesc (v. 850) se taie fîșii late de 2—3 cm și lungi de 20—30 cm. Se ung cu ou și se înfășoară cu ele crenvurștii curățați de pieliță. Se ung deasupra cu ou și se dau la cuptor la foc iute. După ce s-au copt, se ung cu un sos alb (v. 75) și se presară cu caşcaval ras. Se servesc fierbinți.

Din același aluat se pot tăia pătrate, se așază la mijloc o bucată de crenvurşti și se îndoaie colțurile opuse peste crenvurşti.

331. Pateuri cu carne

1/4 kg carne de vițel, 2 cepe, sare, piper, ou, aluat franțuzesc.

Din aluat franțuzesc (v. 850), se întinde o foaie groasă de 1/2 cm, se taie rotunduri cu un pahar de vin și se suprapun cîte două astfel: primul se unge pe margine cu albuș sau apă, la mijloc se așază cîte o nucă din carnea preparată. Deasupra se așază al doilea rotund, apăsîndu-se puțin pe margine ca să se lipească între ele. Se ung cu ou și se dau la foc iute. Se servesc fierbinți.

Umplutura se prepară astfel: se înăbușă ceapa tăiată felii odată cu carnea de vițel tăiată bucăți. Se adaugă cîte puțin apă, pe măsură ce scade. Se trece prin mașină, după ce a fost foarte bine pătrunsă carnea, se amestecă apoi cu ou, sare și piper.

332. Pateuri cu brînză

Aluat franțuzesc, 250 g brînză, 2 ouă.

Se prepară la fel ca pateurile cu carne, cu deosebirea că la mijloc se pune în loc de carne, brînză amestecată cu ou, iar în coca se pune mai multă sare.

Pateurile pot avea diferite forme: rotunde (mai mari sau mai mici), romburi, triunghiuri etc.

333. Pateuri de ciuperci

Pateurile preparate ca la 331 se umplu cu următoarea compoziție: se înăbușă ceapa în unt, se adaugă ciupercile tăiate, sare și, cînd sînt gata, se adaugă puțin piper, pesmet și 1 ou.

334. Pateuri cu ciuperci în sos alb

În sosul alb (v. 75), preparat mai gros se adaugă ciuperci înăbușite numai în unt și se umplu pateurile preparate ca la nr. 331.

335. Pateuri cu limbă, șuncă sau creier

Se prepară sos alb gros în care se adaugă bucățele de șuncă, de creier sau de limbă fierte, cu care se umplu pateurile.

336. Pateuri cu piept de pasăre

Se umplu pateurile cu sos alb în care s-a adăugat piept de pasăre fiert sau orice carne de pasăre.

337. Caşcaval în pesmet

600 g caşcaval, 2 ouă, 3 linguri pesmet, 3 linguri grăsime, 2 linguri făină.

Caşcavalul tăiat felii de grosimea unui deget se dă prin făină, ou şi pesmet şi se prăjeşte în grăsime bine încinsă. Se serveşte fierbinte.

338. Caşcaval la capac

600 g caşcaval, 2 linguri unt.

Caşcavalul tăiat pătrate, de mărimea unei bucăţi de zahăr, se pune o dată cu untul într-un vas care rezistă la foc, acoperit cu un capac. Se pune la foc iute.

339. Gogoşi de caşcaval

1/4 kg caşcaval, 4 albuşuri, sare, 2 linguri pesmet, 1/4 kg grăsime.

Caşcavalul ras se amestecă cu albuşul spumă şi cu sarea. Se fac forme rotunde, se tăvălesc în pesmet şi se prăjesc în grăsime încinsă. Se servesc fierbinţi cu caşcaval ras pe deasupra.

340. Buşeuri de cartofi

1 kg cartofi, 1/4 kg brînză de putină, 100 g caşcaval, 2 ouă, 10 g drojdie de bere, făină.

Se fierb cartofii cu coajă, se curăţă şi se trec prin maşina de tocat carne, împreună cu trei sferturi din cantitatea de brînză şi de caşcaval. Se amestecă apoi cu ouăle întregi, drojdia şi cu făina, pînă ce se obţine o cocă moale. Pe o planşetă presărată cu făină, se întinde o foaie subţire de 1/2 cm, se aşază pe jumătate de foaie grămăjoare de şuncă sau de carne tocată şi prăjită ca pentru pateuri (v. 331), sau brînză sărată, amestecată cu ou. Se aşază deasupra cealaltă jumătate de foaie şi se taie cu paharul forme rotunde. Se prăjesc în grăsime încinsă. Se servesc cu caşcaval ras la masă.

341. Chiftele de cartofi

1 kg cartofi fierţi, 1/2 pahar de făină, 1—2 ouă, sare, 4 linguri grăsime sau ulei.

Cartofii fierţi şi daţi prin maşina de carne, se amestecă cu făina, ouăle şi sarea. Se frămîntă bine şi se întinde o foaie de grosimea degetului mic. Se taie în formă rotundă, chifteluţe. Se prăjesc în grăsime bine încinsă. Se servesc

fie simple, fie cu sos de roşii sau presărate cu caşcaval. Presărate cu zahăr, se pot servi ca desert.

342. Chiftele de dovlecei

6 dovlecei după mărime, 1 lingură de unt, 2 linguri făină, sare, 100 g caşcaval, 2 ouă, 4 linguri grăsime, 3 linguri pesmet, verdeaţă.

Se curăţă dovleceii, se pun să fiarbă în apă clocotită cu sare. Se scurg de apă, se taie bucăţele şi se amestecă cu un sos alb preparat dintr-o lingură de unt şi două linguri de făină şi stins cu zeama în care au fiert dovleceii. Sosul trebuie să fie mai gros. Se mai adaugă caşcavalul, tăiat bucăţele, sare, ouăle, verdeaţa tăiată mărunt. Se fac chifteluţe, se dau prin ou şi pesmet şi se prăjesc în grăsime încinsă. Se servesc presărate cu caşcaval ras. În loc de dovlecei fierţi, se pot pune şi dovlecei cruzi daţi prin răzătoare. Se pot servi şi ca aperitiv, şi ca garnitură la friptură.

343. Chiftele de zarzavat

1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ţelină, 1 păstîrnac, 2 ouă, pesmet, 2 legături verdeaţă, sare şi piper.
Pentru sos: 1 lingură unt, 2 linguri făină, 4 linguri grăsime.

Zarzavatul fiert se taie bucăţele mici, se amestecă cu sosul alb, cu ouăle, sare, piper şi verdeaţă tocată. Se fac chiftele şi se dau prin făină, ou şi pesmet. Se prăjesc în grăsime bine încinsă. Se servesc fierbinţi în sos de roşii. Din această compoziţie se pot face şi crochete.

344. Chiftele de vinete

2 vinete, 2—3 cepe, 2 linguri grăsime, 1 ou, sare, piper.

Vinetele coapte se curăţă de coajă şi se scurg de zeamă. Se toacă bine cu un cuţit de lemn. Se amestecă cu ceapă tăiată mărunt şi înăbuşită în grăsime, cu miez de franzelă muiat şi stors bine, un ou întreg, sare, piper, verdeaţă tocată. Se fac chiftele, se dau prin pesmet şi se prăjesc în grăsime bine încinsă. Se pot amesteca şi cu carne tocată.

345. Chiftele de linte

200 g linte, 3—4 cepe, 2 linguri grăsime.

Se fierbe lintea, se dă prin maşina de tocat carne şi se pregătesc la fel ca chiftelele de vinete. Se poate da şi

forma de gogoşele. După gust se poate pune şi puţin usturoi.

346. Salam în aluat franţuzesc sau în aluat fraged

Aluat franţuzesc, 100 g salam.

Din aluat franţuzesc (v. 850) sau aluat fraged (v. 872) se întinde o foaie groasă cam de 1/2 cm. Se taie în pătrate şi la mijloc se aşază salam sau orice mezeluri tăiate bucăţele. Se îndoaie pătratul şi se formează triunghiuri care se ung cu ou şi se coc la foc iute.

347. Ciuperci în aluat franţuzesc

Aluat franţuzesc, 250 g ciuperci, piper, sare.

Ciupercile înăbuşite în unt se pot prepara la fel ca salamul în aluat franţuzesc (v. 346 şi 850).

348. Gogoşele de cartofi

1/2 kg cartofi, 1—2 ouă, 200 g şuncă, 2 linguri grăsime, 1 pahar lapte, 3 linguri făină, sare.

În laptele fiert şi răcit se dizolvă drojdie de bere. Se amestecă apoi cu puţină făină, se adaugă cartofi fierţi şi daţi prin maşina de carne, sare, 1—2 ouă. Se frămîntă bine, se face o cocă mai tărişoară. Se lasă la dospit. Se întinde apoi o foaie groasă cam de 1/2 cm. Pe jumătate din foaie se aşază din loc în loc, grămăjoare de şuncă sau parizer tăiate mărunt. Se întoarce cealaltă jumătate de foaie peste cea cu grămăjoarele. Se taie cu un pahar şi se prăjesc în ulei sau în grăsime încinsă. Gogoşelele de cartofi se pot servi ca aperitiv sau ca garnitură la fripturi, soteuri etc.

Umplutura se poate prepara şi din ciuperci, zarzavat, mazăre, carne etc. Se pot prepara gogoşele neumplute din aceeaşi cocă mai moale, care se ia cu linguriţa şi se prăjeşte în grăsime multă.

349. Crochete de varză

1 varză mică, 1/4 kg carne de vitel, 4 cepe, 2 felii franzelă, 1—2 ouă, sare, piper, 2 linguri făină, 2 ouă, 3 linguri pesmet, 4 linguri grăsime.

Se opăresc foile de varză, se curăţă de cotoare, se rulează şi se taie în firişoare subţiri. Se amestecă bine cu carnea preparată ca pentru musaca, cu ceapă tăiată mărunt şi înăbuşită în grăsime, miez de pîine muiat şi bine stors,

ouăle, sarea și piperul. Se fac crochete, se dau prin făină, ou bătut și pesmet și se prăjesc în grăsime bine încinsă.

350. Șnițel de vinete

3 vinete, 4 linguri grăsime, 3 linguri făină, 3 linguri pesmet, 3 ouă, sare.

Se taie vinetele felii rotunde, groase cam de 1/2 cm, se dă sare și se lasă să stea un sfert de oră, apoi se svîntă bine într-o cîrpă curată. Se dau prin făină, ou bătut și pesmet, se prăjesc în grăsime încinsă. Se servesc fie simple cu felii de lămîie, fie cu sos de roșii.

La fel se poate prepara din dovlecei și din țelină.

351. Șnițel de varză dulce

1 varză mică, 3 linguri grăsime, 3 linguri făină, 3 linguri pesmet, 3 ouă, sare.

Varza întreagă sau tăiată în jumătate se opărește în apă clocotită cu sare. Se taie felii de un deget de groase, se dau prin făină, ou și pesmet și se prăjesc în grăsime încinsă.

Se mai poate prepara și astfel: se suprapun 3—4 frunze de varză oparită, între frunze se pune șuncă tăiată și bucățele de cașcaval. Se dă formă de șnițel, strîngîndu-se bine între mîini, se trec prin făină, ou și pesmet și se prăjesc în grăsime încinsă.

Varza poate fi și cu foile creț (varză nemțească).

352. Cartofi prăjiți

6 cartofi mari, 4 linguri grăsime, sare.

Cartofii se curață de coajă, se taie sferturi în lungime sau în felii subțiri și se pun la apă rece pentru a nu se înegri. Înainte de a-i pune la prăjit, se svîntă într-o cîrpă curată. Se prăjesc în grăsime bine încinsă, iar sare li se pune numai după ce sînt prăjiți. Nu se țin mult în apă rece și nu se prăjesc decît înainte de a se servi la masă.

APERITIVE RECI

Generalități

Sandvișurile se prepară din franzelă, chifle, cornuri sau pîine specială, preparată cu lapte, cartofi (v. 246). Oricare ar fi pîinea întrebuințată ca bază, sandvișurile sînt mai gustoase dacă sînt unse cu un

strat de unt sau în lipsă cu un strat mai gros de maioneză. Produsele care servesc pentru prepararea sandvişurilor trebuie astfel combinate şi asortate, încît să ne dea un preparat gustos, picant, aspectuos şi atrăgător, care să excite sucurile gastrice. Elementele decorative sînt: măslinele, albuşul, gălbenuşul de ou fiert, ridichile de lună, gogoşarii, frunzuliţele de pătrunjel. Unele sandvişuri preparate numai din unt şi brînză colorată sau simplă se ornează cu cornetul.

353. Sandvişuri cu şuncă

12 felii de franzelă, 6 felii de şuncă, 100 g unt, sare.

Pentru sandvişuri se întrebuinţează o pîine specială care se cumpără din comerţ, o franzelă care să se poată tăia felii subţiri, chifle sau cornuri.

Feliile de franzelă se ung cu unt frecat cu puţină sare. Se pune pe deasupra o felie de şuncă exact cît felia de franzelă. Deasupra se ornează cu unt frecat spumă. Şunca se mai poate face şi rulouri sau cornete şi se fixează pe felie cu o scobitoare. Se prepară numai cu puţin înainte de a fi servite, deoarece şunca se decolorează foarte repede în contact cu aerul.

354. Sandvişuri cu caşcaval

12 felii franzelă, 100 g unt, 400 g caşcaval.

Pe felia de franzelă unsă cu unt se aşază felii de caşcaval care pot fi tăiate cu un cuţit riglat. Se pot garnisi şi cu caşcaval ras deasupra.

355. Sandvişuri asortate

12 felii de franzelă, pastă de peşte, 100 g unt, 100 g măsline, 1 cutie de sardele mică, 4 felii de salam, 2 felii de şuncă, 2 ouă.

Se freacă untul spumă, se amestecă cu pasta de peşte şi se ung feliile. Deasupra se aşază măsline tăiate în formă de rozetă, şunca şi salamul tăiat în triunghiuri, o felie de ou fiert şi cîte o bucăţică de sardea. Printre goluri se ornează cu unt frecat spumă, frunzuliţe de pătrunjel şi mici pătrate de gogoşari.

356. Sandvişuri cu limbă

Aceleaşi cantităţi ca la sandvişurile cu şuncă (v. 353), aspic sau hrean ras.

Se prepară la fel ca sandvişurile cu şuncă, cu deosebirea că se ornează cu aspic tăiat în bucăţi sau tocat mărunt, sau numai cu hrean ras deasupra.

357. Sandvișuri cu salam

Franzelă tăiată felii, 12 felii salam, șuncă sau salată rusească.

Pe feliile de franzelă unse cu unt, se așază cornete făcute din felii de salam, umplute cu șuncă tăiată bucățele sau cu salată rusească. Se ornează cu gogoșari, măsline etc.

358. Sandvișuri cu ficat

Franzelă tăiată felii, 250 g ficat, 100 g unt, sare, piper, nucșoară.

Feliile de franzelă se ornează (cu șprițul) cu pastă de ficat prăjit, dat prin sită și amestecat cu unt proaspăt și piper, nucșoară și stropit cu foarte puțin vin.

Feliile de frazelă se mai pot unge cu această pastă și se pot glasa cu aspic, iar pe deasupra se ornează cu gogoșari.

Se pot unge și fără nici un fel de garnitură.

Se prepară numai în momentul cînd se servesc, altfel își schimbă imediat culoarea.

359. Sandvișuri cu brînzeturi

Felii de franzelă, 1/4 kg brînză de oi, 1/4 kg unt, 2 gălbenușuri fierte, 100 g măsline, boia de ardei, chimen, muștar.

Brînza dată prin sită se amestecă cu untul frecat spumă. Pentru a obține mai multe culori de brînză se poate adăuga la această compoziție gălbenuș de ou, chimen, boia de ardei, măsline etc.

Culoarea verde se obține amestecînd brînza și untul cu zeamă de spanac.

Culoarea galbenă se obține amestecînd brînza și untul cu gălbenuș fiert tare, dat prin sită.

Culoarea cenușie se obține dînd măslinele prin sită și apoi adăugate în unt și brînză.

Culoarea roșie se obține dacă se freacă brînza și untul cu boia de ardei dulce și puțin muștar sau zeamă de sfeclă.

La brînza amestecată cu unt se mai adaugă puțin chimen pisat și dat prin sită.

Cu aceste compoziții se ornează feliile de franzelă tăiate rotund, dreptunghiuri sau triunghiuri. Mult mai ușor și mult mai frumos se ornează sandvișurile dacă se folosește șprițul sau un cornet de hîrtie. Deasupra felioarelor

se așază o felioară subțire de ridiche, iar deasupra ei o altă felioară mai mică din gogoșari, măsline etc.

360. Sandvișuri cu rocfort

12 felii de franzelă, 100 g Rocfort, 100 g unt.

Se freacă untul spumă, se amestecă cu brînza dată prin sită și se ung felioarele de franzelă. Se ornează cu cornetul.

361. Sandvișuri cu icre de Manciuria

12 felii de franzelă, 150 g icre de Manciuria, 150 g unt, sare.

Peste feliile unse cu unt, se aranjează un strat de icre, bob lîngă bob, lăsînd la marginea feliei o distanță de 1/2 cm. Marginea se garnisește cu unt.

La fel se prepară și sandvișurile cu icre negre.

362. Sandvișuri mimoza

6 ouă, 1 ceapă, 200 g unt, 1 lămîie, 12 felii de franzelă, verdeață.

Ouă fierte întregi răscoapte se toacă mărunt, se amestecă cu ceapă tocată fin, cu unt frecat și zeamă de lămîie. Se ung feliile de franzelă, iar pe deasupra se garnisesc cu gălbenuș dat prin sită și frunzulițe de pătrunjel.

363. Sandvișuri picante

12 felii de franzelă, 3—4 ouă, 150 g unt, 1 lămîie, 1—2 castraveciori sau gogoșari.

2—3 ouă fierte răscoapte și tocate mărunt, se amestecă cu ceapă tocată fin și cu unt frecat spumă, se acrește totul cu zeamă de lămîie și se adaugă castraveciori sau gogoșari din oțet, tăiați mărunt. Se ung feliile de franzelă cu această compoziție.

364. Sandvișuri imitație de icre

2 cești lapte, 1 lingură griș, 2—3 cartofi, pastă de pește după gust, 1 ceapă, 12 felii de franzelă.

Se fierbe griș cu apă sau cu lapte. Este de preferat cu lapte căci este mai hrănitor și mai gustos. Se amestecă cu pastă de pește în mică cantitate și cu 2—3 cartofi fierți și trecuți prin mașina de tocat carne. Se bate bine această compoziție cu ulei, ca la icre, se adaugă ceapă tăiată mă-

runt și se colorează cu boia. Se ung feliile de franzelă cu un strat mai gros sau se ornează cu cornetul.

365. Sandvișuri cu peștișori prăjiți

12 felii franzelă, 200 g peștișori, 2 linguri ulei, 1 gogoșar, morcovi din murături, pătrunjel verde.

Se desărează peștișorii sărați, se prăjesc în ulei. Se ung felioarele de franzelă cu unt, și pe deasupra se presară bucheţele mici din peștișorii prăjiți și zdrobiți cu furculița. Lîngă fiecare grămăjoară de pește se pune un mic pătrățel de gogoșar sau de morcov din murături, alături o mică frunzuliță de pătrunjel verde care dă un aspect foarte frumos și un gust deosebit.

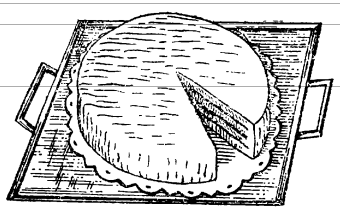
366. Sandvișuri cu unt colorat

Se freacă untul spumă și apoi se pregătesc culorile :
roșu : zeamă de sfeclă sau boia de ardei dulce ;
galben : zeamă de morcov sau gălbenuș de ou ;
verde : zeamă de spanac ;
cenușiu : măsline trecute prin sită.

Se taie franzela felii și se unge fiecare felie cu diferite culori de unt : în linii oblice, în linii transversale, în mozaic etc. după imaginație.

367. Sandviș tort

Se prepară o pîine specială cu lapte, cartofi și grăsime. Se coace într-o formă rotundă de tort sau pătrată, dar mai înaltă. Rece, se taie în 5—6 felii orizontale. Pe fiecare felie se întinde un strat de unt colorat cu una din culorile arătate la rețeta precedentă. Se suprapun feliile, iar deasupra se repetă una din culori. Stratul de unt cu care se ung feliile trebuie să aibă grosimea ceva mai mică decît grosimea feliilor de pîine. Se servește tăind feliile ca la tort. Este foarte aspectos.



368. Franzeluță umplută

2 franzelute mici, 200 g unt, 1 tub pastă de pește, 50 g șuncă, 50 g salam, 2—3 sardele, 50 g măsline, 1—2 castraveciori, 1 gogoșar.

Se taie franzeluța pe jumătate, se scobește miezul și se umple cu următoarea umplutură: untul se freacă spumă și se amestecă bine cu pastă de pește, se adaugă apoi șuncă, salam, castraveciori, sardele, măsline tăiate bucățele foarte mici și la urmă și gogoșari tot bucățele, dar foarte bine storși de oțet printr-un tifon curat. Se umple bine franzela, se dă la gheață și cînd este bine întărită, se taie felii subțiri cam de 1/2 cm și se servește.

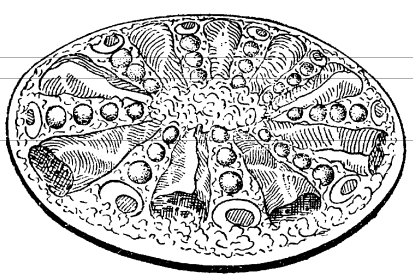
369. Franzeluță umplută cu brînză

Se prepară la fel ca franzeluța umplută cu șuncă, cu deosebirea că nu se mai pune pastă de pește, măsline, sardele, gogoșari, ci numai diferite brînzeturi amestecate cu untul frecat spumă.

370. Cornetele abundenței

1/2 kg șuncă, salată rusească, 2 ouă răscoapte, 100 g măsline, 1—2 gogoșari.

Se prepară o salată rusească sau de boeuf (v. 123). Se taie șunca în pătrate mari. Se răsucesc în formă de cornete și se închid cu o scobitoare. Se umplu cornetele cu salată, iar restul de salată se așază pe o farfurie rotundă, într-un strat de 3—4 cm. Deasupra se așază cornetele în formă de stea cu vîrfurile în mijloc. Se scoate scobitoarea iar partea în care era prinsă scobitoarea se fixează pe salată



Se garnisește fie încadrînd marginea salatei de jur împrejur cu felii de ouă răscoapte suprapuse, fie cu jumătăți de ouă fixate pe salată între cornete, tot pe marginea salatei. Se înconjoară fiecare ou cu crenguțe de pătrunjel

verde. Între cornete, pornind de la centru pînă la fiecare ou, se pot aşeza în linie dreaptă măsline şi rondele de gogoşari etc., iar la mijloc un buchet de salată verde.

371. Rulouri sau cornete de şuncă în aspic

Aceleaşi cantităţi ca la cornetele abundenţei (v. 370). în plus 1 kg aspic.

Rulourile sau cornetele umplute cu salată rusească (v. 124) sau salată de boeuf (v. 123) se aşază astfel în forme : se aleg forme dreptunghiulare pentru rulouri drepte şi forme rotunde pentru cornete. Se toarnă în formă un strat de aspic gros de 1 cm şi se dă la gheaţă. În vasul dreptunghiular se aşază apoi rulourile unul lîngă altul, iar în vasul rotund, în formă de raze cu vîrful ascuţit la mijloc. Se garnisește ca la cornetele abundenţei. Se toarnă aspic (v. 480) peste garnituri, cu multă atenţie ca să nu se mişte garniturile de la locul lor. Aspicul trebuie să fie lichid, însă rece, deoarece se tulbură venind în contact cu umplutura. Se toarnă cîte puţin cu lingura şi se dă la rece, apoi se continuă astfel pînă se umple cratiţa sau forma. Trebuie să treacă peste rulouri cel puţin 2 cm. Se dă la gheaţă şi se răstoarnă cînd este bine închegat.

372. Cornete de şuncă umplute cu salată, în aspic tocat

Aceleaşi cantităţi ca la 371.

Cornetele umplute ca la cornetele abundenţei se aşază în farfurie rotundă, în formă de raze. La mijloc se aşază un buchet din foi de salată verde sau o movilită de salată de boeuf în formă de con, garnisită cu rondele de ouă răscoapte, jumătăţi de măsline, rondele de gogoşari cît degetarul etc., iar în vîrf un buchețel de pătrunjel. Se toacă aspicul mărunt şi se aşază printre rulouri un strat de 2 cm grosime.

Cornetele se mai pot aşeza şi în formă de piramidă peste salata de boeuf.

373. Rulouri de şuncă umplute, în aspic tocat

Aceleaşi cantităţi ca la 371.

Rulourile umplute ca şi cornetele se aşază în farfurie unul lîngă altul, se garnisesc cu aspic tocat de jur împrejur, la fel cu cornetele.

374. Salată cu resturi de pește

Resturi de pește, zeamă de lămîie, 3—4 linguri ulei, 1 linguriță muștar, verdeață, 1 ou.

Bucățele de pește fript sau rasol se așază pe farfurie și se toarnă pe deasupra un sos pregătit astfel: 1 gălbenuș de ou frecat cu ulei, muștar și zeamă de lămîie, sare, verdeață, se subțiază cu oțet. Se pot adăuga castraveciori tocați fin. Se garnisește cu pătrunjel tocat, gogoșari sau măsline.

375. Salată de icre negre

250 g icre negre, 200 g ulei, 1 felie franzelă, 1 lămîie.

Icrele negre proaspete sau tescuite se pisează și se amestecă cu o felie de franzelă muiată în lapte și bine stoarsă. Se freacă pînă ce devin ca o pastă. Se adaugă apoi puțin cîte puțin ulei, iar la urmă zeamă de lămîie. Se bat foarte bine și cînd sînt gata se așază pe o farfurie, în formă de piramidă sau în formă dreptunghiulară și se ornează cu felii de lămîie, pătrunjel verde, sau aspic tocat.

376. Salată de creier

1 creier, 1 felie franzelă, 1 pahar ulei, 1 morcov, pătrunjel, țelină, 1 ceapă, 1/2 foaie de dafin, oțet sau zeamă de lămîie.

Se lasă creierul să stea în apă rece 15—20 minute și se curață de pieliță. Se pune la fiert morcovul, pătrunjelul, țelina, ceapa, sare, 1/2 foaie de dafin. După ce a fiert zarzavatul, se mai adaugă o lingură de oțet și creierul. Se fierbe 15—20 minute. Se scoate, se lasă să se răcească împreună cu zarzavatul. Se taie felii, se așază pe farfurie astfel: la mijloc în lungimea farfuriei se așază suprapuse feliile de creier, iar de o parte și de alta se așază zarzavatul tăiat bucățele și măsline. Deasupra se toarnă un sos de ulei, oțet, pătrunjel verde tocat. Se poate turna și un sos maioneză cu muștar și castraveciori tocați fin. Se garnisește cu pătrunjel verde.

377. Salată de creier imitație de icre negre

2 creieri mici, miez de franzelă, 15—20 măsline, 1/2 pahar ulei, zeamă de lămîie, sare.

Se fierbe creierul așa cum s-a arătat în rețeta precedentă. Se trece prin sită împreună cu miez de franzelă

muiat în lapte și bine stors și cîteva măsline curățate de pieliță și fără sîmburi. Se freacă toate acestea într-un castron pînă ce se transformă într-o pastă cenușie. Se adaugă puțin cîte puțin ulei, zeamă de lămîie și sare. Totul trebuie să se prezinte alifios și consistent. Se așază în farfurie în formă de piramidă, se ornează cu cornetul sau cu felii de lămîie de jur împrejur, sau cu jumătăți de măsline în formă de flori.

378. Creier în aspic

1 creier mare sau 2 mici, aspic, măsline, gogoșari, pătrunjel verde.

Se fierbe creierul și se servește în aspic fie întreg, fie tăiat felii. Se toarnă aspic într-o formă rotundă. După ce s-a răcit, se așază creierul cu fața în jos, pe aspic. Se toarnă aspic cu o lingură de jur împrejur. Aspicul trebuie să fie lichid, însă rece. Se umple forma bine, astfel ca aspicul să acopere creierul cu un strat gros cam de 1—2 cm. Se pune la gheață și se răstoarnă pe o farfurie rotundă, garnisindu-se cu aspic tocat de jur împrejur, iar pe deasupra se presară bobițe mici rotunde de măsline, gogoșari și albuș de ou răscopt, crenguțe de pătrunjel verde.

379. Piept de curcan cu sos tartar

1 piept de curcan, sos maioneză, muștar, castraveciori, zeamă de lămîie, verdeață.

Pieptul de curcan și toate resturile de friptură de curcan se așază pe farfurie, iar peste ele se toarnă un sos maioneză amestecat cu muștar, castraveciori, pătrunjel verde tocat foarte mărunt și subțiat cu oțet și zeamă de lămîie. Se garnisește cu salată verde, felii de ouă răscoapte, gogoșari tăiați rondele sau firișoare.

380. Icre de brînză

$^1/_4$ kg brînză de vacă, 1 ceapă mică, 1 ou întreg, sare, boia de ardei (puțină).

Brînza de vacă dată prin sită, oul fiert răscopt și dat prin sită, ceapa tăiată mărunt, boiaua de ardei și sarea, se freacă cu ulei ca icrele. Se ung feliile de franzelă cu aceste icre.

381. Ridichi umplute

30—40 ridichi, 200 g brînză, 1 gălbenuș ; sau 100 g unt, 10—12 măsline, pastă de pește.

Se curăță ridichile de rădăcină și de frunze, se spală, se scobesc pe la vîrf, nu pe la partea cu frunze, pentru că fiind mai lată se așază mai bine pe farfurie. Se umplu cu diferite paste :

— brînză telemea dată prin sită și amestecată cu gălbenuș de ou ;

— unt simplu sau amestecat cu pastă de pește și cu măsline date prin sită.

— salată de icre etc.

Deasupra fiecărei ridichi se așază un rotund de gogoșar, de măslină etc.

382. Arpagic umplut

Arpagicul curățat și spălat se scobește în mijloc și se umple ca și ridichile cu diferite paste.

383. Salată de țîri

12 țîri, 1/4 litru oțet, 100 g ulei, 6 legături de mărar.

Se bat țîrii pînă ce se desfac, se pun pe un grătar, pe plită, sau în cuptor să se încălzească bine. Se curăță de pieliță, se desfac în fîșii lungi. Se pun într-un castron, se toarnă peste ei oțet clocotit și se lasă să stea acoperit 1—2 ore. Se scurge o parte din oțet, lăsîndu-se peste ei numai atît cît este necesar. Se adaugă mărarul ales crenguțe și bine spălat, uleiul și se servesc.

384. Măsline umplute

24 măsline, 100 g unt, 1 tub mic cu pastă de pește.

Măslinele curățate de sîmburi se umplu cu următoarele umpluturi : cu unt frecat spumă și amestecat cu pastă de pește ; cu salată de icre de crap sau de știucă ; cu pateu de ficat ; cu unt amestecat cu sardele.

385. Marinată de măsline

1/2 kg măsline, 1 căpățînă usturoi, piper, foi de dafin, 2 linguri bulion, 6 linguri ulei, 1 lămîie, ienibahar, 1/2 litru oțet de vin.

Se rumenește usturoiul în uleiul încins, se scoate și se adaugă bulionul, oțetul, piperul, foi de dafin, ienibahar.

Se lasă să dea cîteva clocote și se adaugă măslinele spălate și înțepate. Se lasă să dea cîteva clocote, se adaugă usturoiul rumenit și la urmă de tot feliile de lămîie, curățate de coajă. Se lasă să se răcească și se așază în borcan.

386. Ouă umplute

Se pot servi ca aperitive și următoarele preparate din ouă.
Ouă mimoza, v. 449.
Ouă umplute cu salată de cruditați, v. 453.
Ouă cu sos picant, v. 464.
Ouă umplute cu ciuperci, v. 461.
Ouă umplute cu sardele, v. 465.
Ouă umplute cu ficat, v. 466.
Ouă umplute cu maioneză, v. 468.
Ouă umplute cu salată de boeuf, v. 459.
Ouă umplute cu salată rusească, v. 459 și 124.
Ouă în aspic, v. 460.

387. Choux-uri umplute cu salată rusească și pateu de ficat

12 choux-uri, salată rusească sau salată de icre, măsline, pastă de pește, pateu de ficat.
Choux-urile se prepară din cocă pripită (v. 890).

Choux-urile se umplu cu icre sau cu salată rusească, astfel: se crestează în lungime numai într-o parte și se scoate miezul care se înlocuiește cu umplutura.

Choux-urile se pot umple cu:
— unt frecat spumă, colorat cu gălbenuș de ou sau cu zeamă de morcovi;
— unt frecat și amestecat cu măsline date prin sită;
— unt frecat spumă și amestecat cu pastă de pește;
— pateu de ficat;
— salată rusească;
— icre de știucă sau de crap.

388. Pateu de ficat în aspic

1 kg ficat de gîscă sau de vițel, 500 g slănină, 200 g unt, sare, piper, aspic.

Ficatul se ține în lapte rece, de seara pînă dimineața. Se îmbracă în slănină și se pune să fiarbă în baia de apă la cuptor. După două ore, cînd se socotește fiert, se

lasă să se răcească și se dă prin mașina de carne de 2—3 ori, apoi se freacă bine cu o lingură de lemn pînă ce se albește ; se adaugă untul frecat spumă, sare, piper, nucșoară rasă, se stropește cu o picătură de vin și se freacă din nou bine.

Se așază pasta într-o formă udată cu apă și se dă la rece. Bine întărit se răstoarnă pe un fund de lemn și cu un cuțit muiat în apă caldă se nivelează. Într-o formă cu 1/2 cm mai mare decît pateul, se pune un strat de aspic lichid (v. 480). După ce s-a întărit, peste aspic se așază felii de ou răscopt sau alte garnituri ca : măsline, cuburi sau rotocoale de gogoșari, albuș de ou etc., apoi se pune pateul. Se toarnă împrejur aspic lichid, dar nu cald, și se dă la gheață.

Pentru ca să fie răsturnat, trebuie să fie bine întărit. Se cufundă forma în apă caldă și se răstoarnă pe farfuria de servit. Se garnisește împrejur cu aspic tocat.

389. Scrumbii și lapți marinată

4—5 scrumbii, 1/4 pahar ulei, 1 lingură muștar, 3—4 cepe.

4—5 scrumbii sărate, numai cu lapți, se desărează perfect, se jupoaie de piele. Se aleg lapții care se freacă cu ulei și muștar. Se taie 3—4 cepe felii foarte subțiri, se amestecă cu lapții frecați și cu scrumbiile tăiate bucățele. Se păstrează la borcan.

390. Roșii umplute cu salată de boeuf

12 roșii, 2 ardei grași, salată verde, salată de boeuf.

Se spală roșiile, se taie căpăcelul, se curăță de semințe și de miez și se umplu cu salată de boeuf (v. 123). Se servesc ca aperitiv sau ca primul fel, într-o farfurie peste un strat de ardei verde tăiat în firișoare subțiri, sau cu foi de salată, sau așezată fiecare roșie cu salată verde împrejur ca într-un cuib.

391. Roșii umplute cu salată rusească

12 roșii, 2 ardei grași, salată verde, salată rusească.

Se prepară la fel ca roșiile umplute cu salată de boeuf cu deosebirea că se umplu cu salată rusească (v. 124).

392. Roşii umplute cu ciuperci

12 roşii, ½ kg ciuperci, 3 linguri ulei, zeamă de lămîie, sare, piper, verdeaţă.

Se pregătesc roşiile pentru a fi umplute. Umplutura se prepară astfel: se curăţă ciupercile, se spală şi se fierb în apă cu sare de lămîie (ca să se menţină albe), se lasă să se răcească, se taie în felii şi se amestecă cu zeamă de lămîie, ulei, sare, piper şi verdeaţă tăiată mărunt.

393. Roşii umplute cu salată de vinete

12 roşii, 2—3 vinete, ulei, sare.

Se aleg roşii rotunde, grase, nu prea mari şi cam de aceeaşi mărime. Se taie capacul, se scoate miezul, nu prea aproape de pieliţă. Se presară cu sare, piper şi puţin oţet, se lasă să se scurgă cu gura în jos şi se umplu cu salată de vinete (v. 115). Se garnisesc cu firişoare de pătrunjel verde înfipte în salata de vinete şi se aşază în farfurie peste un strat de salată verde sau ardei tăiat fidea.

394. Roşii umplute cu maioneză şi sardele

12 roşii, maioneză, muştar, 1 ceapă, 2—3 heringi sau sardele.

Se pregătesc roşiile pentru a fi umplute (v. 390) şi se umplu cu maioneză preparată cu muştar şi amestecată cu ceapă tăiată mărunt, sardele sau heringi.

395. Roşii umplute cu salată de peşte

12 roşii, 1 ceapă, 7—8 sardele sau 3—4 heringi, muştar, sare, piper, verdeaţă.

Se prepară o maioneză cu muştar mai mult. Se amestecă cu ceapa tăiată mărunt şi sardele sau heringi tăiaţi bucăţele mici şi se umplu roşiile pregătite ca la roşiile umplute cu salată de boeuf (v. 390).

396. Roşii umplute cu varză albă

12 roşii, 1 varză, ½ pahar ulei, oţet.

Varza albă, fin tocată şi sărată, se lasă să stea cu sarea, apoi se stoarce zeama, se amestecă cu ulei sau cu un sos maioneză subţiat cu oţet de vin şi se umplu roşiile pregătite mai din vreme (v. 390).

397. Roșii umplute cu salată de cruditățI

12 roșii, salată de cruditățI (v. 116).

În salata de cruditățI se adaugă și zeama lăsată de la roșii și se umplu roșiile pregătite mai înainte (v. 390), se garnisesc și se servesc la fel cu roșiile umplute cu salată de boeuf.

Observație: Toate roșiile crude umplute se așază pe farfurie peste un strat de ardei verde tăiat subțire, iar pe deasupra se garnisesc cu pătrunjel verde și măsline, ou răscopt etc. Se mai pot așeza într-un buchețel de foi de salată verde ca într-un cuib, garnisite cu felii de ou răscopt, măsline, crenguțe de pătrunjel verde etc.

398. Papanași cu smîntînă

400 g brînză de vacă, 1 lingură făină, 1 lingură griș, 1—2 ouă, 1/2 pahar smîntînă, 1 lingură unt, sare.

Brînza dată prin sită sau zdrobită cu furculița se amestecă cu făina și grișul; se adaugă ouăle întregi, sarea și se amestecă bine. Se ia din această compoziție de papanași cîte o linguriță și se scufundă unul cîte unul în apă clocotită cu sare. Se lasă să fiarbă. Papanașii sînt fierți atunci cînd, după ce s-au ridicat deasupra, mai dau cîteva clocote. Se scot cu o spumieră, fără să se sfărîme, se așază într-un vas care merge la cuptor, uns cu unt. Deasupra se toarnă smîntînă amestecată cu o linguriță de făină. Se dau la cuptor să se rumenească. Se servesc fierbinți.

399. Papanași prăjiți

400 g brînză de vacă, 1 lingură făină, 1 lingură griș, 2 ouă, sare, 3 linguri grăsime.

Se prepară papanașii așa cum s-a arătat la rețeta precedentă, cu deosebirea că în loc să se fiarbă papanașii, se prăjesc în grăsime, după ce li s-a dat forma rotundă sau lunguiață și au fost tăvăliți prin făină. Se servesc pudrați cu zahăr sau cu smîntînă cu zahăr.

400. Brînză în pesmet

12 felii brînză, 1—2 ouă, 2 linguri grăsime, pesmet.

Brînza tăiată felii de grosimea unui deget se dă prin făină, ou, pesmet și iarăși ou. Se prăjește în grăsimea încinsă. Se servește fierbinte.

401. Caşcaval pane

12 felii caşcaval, 1—2 ouă, 2 linguri grăsime, pesmet.

Se prepară la fel ca brînza în pesmet sau se tăvălește într-o compoziție groasă din ou bătut cu făină și puțin lapte.

402. Găluști din brînză de vacă (dulci)

400 g brînză de vacă, 3 linguri griș, 1—2 ouă, sare, 4 linguri pesmet, 2 linguri grăsime, 3 linguri zahăr.

Se amestecă bine grișul cu brînza dată prin sită, ouăle și sarea. Se fac găluști rotunde, se fierb în apă clocotită cu sare. După ce au fiert, se scot cu spumiera și se tăvălesc în pesmet, rumenit în grăsime. Se așază pe farfurie, se mai dau la cuptor și se servesc pudrate cu zahăr sau cu smîntînă și zahăr.

403. Budincă fiartă din brînză de vacă

1/2 kg brînză de vacă, 3 ouă, 3 linguri de zahăr, 50 g stafide, 50 g unt, 1 felie franzelă muiată în lapte, coaje de lămîie.
Pentru sos: 3 gălbenușuri, 3 linguri zahăr, 1/4 litru vin.

Se freacă untul spumă, se adaugă zahărul, gălbenușurile, brînza dată prin sită, stafidele alese și spălate, coajă de lămîie rasă, miezul de pîine și se amestecă bine. La urmă se adaugă și albușul spumă și se mai amestecă. Se pune compoziția într-o cîrpă subțire, se dă forma rotundă și se pune la fiert o jumătate de oră în apă clocotită. După ce s-a fiert, se desface din cîrpă și se așază pe farfurie. Se servește cu sos de vin preparat în felul următor: 3 gălbenușuri se amestecă cu 3 linguri zahăr, se subțiază cu vin fiert cu scorțișoară. Se încălzește pe mașină pînă ce se glasează lingura. Se toarnă peste budinca fierbinte. Această budincă se poate coace și în forma bine unsă și presărată cu pesmet.

404. Sufleu de brînză

1/2 kg brînză de vacă, 200 g cașcaval, 3 gălbenușuri, 3 albușuri, 4 linguri smîntînă, 1/3 pahar apă, 1/2 pahar făină, 50 g unt.

În apa clocotită cu unt, se pune făina toată odată și se amestecă repede, ca să nu se facă cocoloașe. Se dă la rece. După ce s-a răcit se amestecă cu gălbenușurile, smîntîna, brînza de vacă dată prin sită, cașcavalul, o parte ras și o parte tăiat bucățele, iar la urmă albușul bătut spumă. Această compoziție se pune în vasul care merge la cuptor, uns cu unt. Se coace la un foc potrivit, cu puțin timp înainte de a se servi.

405. Budincă de brînză de vacă

½ kg brînză de vacă, 2—4 ouă, 1 lingură de unt, 4—5 linguri smîntînă, 1 lingură pesmet, 1 lingură făină, sare.

Brînza se fărîmă bine sau se amestecă cu puţin lapte, smîntînă, făină, pesmet, sare şi ouăle bine bătute (întregi). Se aşază în vas şi se fierbe în baie de apă.

406. Altă budincă fiartă din brînză de vacă

½ kg brînză, 2—3 ouă, 1—2 linguri unt, 2—3 linguri smîntînă, 2—3 linguri lapte, 1 lingură griş, 1 felie de franzelă muiată în lapte, sare.

Se freacă untul spumă, se adaugă brînza dată prin sită sau foarte bine sfărîmată cu furculiţa, smîntîna, grişul, miezul de pîine bine sfărîmat, laptele şi ouăle bine bătute. Se amestecă totul foarte bine. Se aşază această compoziţie într-o cîrpă curată, subţire şi udă, dîndu-i forma rotundă. Se fierbe în apă clocotită cam ½ oră; cînd este fiartă, se răstoarnă pe farfurie şi se serveşte cu smîntînă.

407. Colţunaşi cu brînză telemea

Aluat economic (v. 237), 250 g brînză telemea, 1 ou, 2 linguri grăsime.

Din aluatul preparat ca la rulada economică (v. 237) se taie în forme pătrate, în mijlocul cărora se pune brînză amestecată cu ou. Se îndoaie pătratul, luînd forma dreptunghiulară, se presează marginile cu furculiţa, se lasă să crească şi se prăjesc în grăsime. Se servesc fie ca aperitiv, fie ca garnitură la soteuri.

408. Ruladă cu brînză

3 ouă, ½ kg spanac, 1 lingură făină, 50 g unt, 150 g lapte, 250 g brînză de vacă, 2 ouă, ½ pahar smîntînă, 50 g făină, sare.

Se prepară la fel ca rulada de spanac (v. 236), cu deosebirea că se umple cu brînză sfărîmată cu furculiţa şi amestecată cu un ou.

409. Alivenci I

½ kg brînză de vacă, 3—4 ouă, 1 pahar lapte, 2 linguri făină, 1 lingură mălai, 1 pahar smîntînă, 3 linguri unt, sare.

Brînza dată prin sită sau bine sfărîmată cu furculiţa se amestecă cu făina, mălaiul, sarea şi ouăle puse unul cîte

unul, iar la urmă laptele. Această compoziție se toarnă într-o tavă bine unsă și presărată cu făină. Se coace la foc potrivit. Se taie în bucăți pătrate. În farfuria în care se servește se toarnă smîntînă, apoi se așază bucățile de alivenci, date prin unt încălzit. Deasupra se toarnă din nou smîntînă, amestecată cu o linguriță de făină. Se mai dă la cuptor 1/4 oră să se rumenească.

410. Alivenci II

1/2 kg chișleag, 6 ouă, 3 linguri mălai, 3 linguri **făină** de grîu, 1 linguriță unt **proaspăt.**

Se amestecă chișleagul cu ouăle puse unul cîte unul, cu mălaiul, făina, untul.

Se toarnă în tava unsă cu unt și presărată cu pesmet și se coace. Se servește cu smîntînă pe deasupra.

411. Colțunași cu brînză de vacă

1/2 kg brînză de vacă, 3 ouă, 4 linguri făină, sare, 1 pahar smîntînă, 2 linguri **unt.**

Se face o foaie de tăiței din făină, 2 ouă și sare. Se întinde foaia pe planșetă, se taie forme rotunde sau pătrate. Într-o margine a bucăților tăiate se pune brînza, amestecată cu ou și sare. Se îndoaie coca liberă peste brînză, și se taie jumătăți de cercuri sau triunghiuri. Se apasă cu degetul ca să se lipească bine marginile și se pun la fiert în apă clocotită cu sare. După ce au fiert, se scot cu spumiera și se pun în farfuria de servit. Se toarnă deasupra smîntînă amestecată cu o linguriță de făină și bucăți de unt. Se dau la cuptor să se rumenească.

412. Brînză în foaie de clătite

Pentru clătite 2 ouă, 4 linguri făină, 1/2 litru lapte. *Umplutura :* 1/4 kg brînză, sare, 2 ouă, 1 lingură **făină.**

Se fac clătite fără zahăr și fiecare clătită se umple cu brînză amestecată cu ouă bătute, sare și o lingură rasă de făină. În mijlocul fiecărei clătite se pune cîte o lingură din compoziția de umplutură, se împăturește clătita în două și iar în două, cu grijă să nu iasă compoziția. Se dau prin ou bătut și pesmet. Se pun la cuptor cu unt pe deasupra. Se servesc cu smîntînă, soteuri etc. Se pot servi și ca ultimul fel, dacă li se adaugă zahăr în compoziție.

413. Chifle umplute cu brînză de vacă

12 chifle, 1/2 kg brînză de vacă, 4 ouă, 1 lingură griș, 1 litru lapte, sare, 1 lingură unt, smîntînă.

Se bat două ouă cu sare și se adaugă laptele. Se crestează chiflele în așa fel, încît capacul să nu se desprindă. Se scoate miezul, se moaie în laptele cu ou și se stoarce. În același lapte se moaie chiflele, dar nu prea tare și se umplu cu brînză frecată cu miezul stors și cu celelalte două ouă, sare; după gust se poate adăuga mărar. Se închide capacul care se fixează cu o scobitoare. Se așază în vasul care merge la cuptor uns cu unt. Se toarnă deasupra laptele rămas, o lingură de unt și se dau la cuptor să se rumenească. Din cînd în cînd se stropesc cu lapte și se servesc în același vas, cu smîntînă pe deasupra.

414. Budincă de cartofi cu brînză de vacă I

1 1/2 kg cartofi, 2 linguri unt, 1/4 kg brînză de vacă, 2—3 ouă, sare, lapte, smîntînă.

Se așază în forma unsă și presărată cu pesmet, un rînd de felii de cartofi fierți și un rînd de brînză de vacă, amestecată cu un ou întreg și sarea necesară. Deasupra rămîne un strat de brînză cu ou, se toarnă un pahar de lapte amestecat cu 1 ou sau smîntînă și se coace la cuptor potrivit.

415. Budincă de cartofi cu brînză de vacă II

1 1/2 kg cartofi, 1/4 kg brînză de vacă, 2 ouă, 2 linguri unt, sare.

Cartofii fierți în coajă se curăță, se trec prin mașina de carne. Se amestecă bine cu brînză, ouă și sare. Se coace în forma unsă și presărată cu pesmet. Înainte de a se da la cuptor se pun deasupra bucăți de unt.

416. Budincă de cartofi cu șuncă sau parizer și cașcaval

1 kg cartofi fierți, 2 linguri unt sau margarină, 2 ouă, 100 g șuncă sau parizer, 50 g cașcaval, sare.

Untul bine frecat se amestecă cu cartofii fierți și trecuți prin mașina de carne, cu gălbenușurile de ou, șunca sau parizerul tăiate bucățele, sare, piper, iar la urmă albușurile spumă. Se amestecă bine totul și se toarnă în forma unsă bine și presărată cu pesmet. Se fierbe în baia de apă o jumătate de oră, se răstoarnă și se servește cu cașcaval ras și șuncă sau parizer tăiat fin, pe deasupra.

417. Papară

1 franzelă, 1/2 kg brînză de vacă, 4 ouă, 1 litru lapte, 2 linguri unt.

Se taie franzela felii, se moaie bine în lapte bătut cu ou ca la chifle umplute (v. 413) și se așază în cratița unsă, un rînd franzelă, un rînd brînză frecată cu restul de ouă, pînă se termină. Ultimul strat trebuie să fie din brînză. Se toarnă deasupra laptele rămas, unt și se dă la cuptor să se rumenească. Nu se umple cratița, deoarece conținutul își mărește volumul și iese afară din cratiță. Se servește imediat, pînă ce nu se lasă.

Se poate prepara și cu brînză de oi, însă bine desărată. Se poate servi și dulce.

418. Gnochi de cartofi

1/2 kg cartofi, 2—3 linguri unt, 1 lingură făină, 2—3 ouă, 1/4 kg brînză.

Se fierb cartofii, se dau prin mașina de tocat carne, se amestecă bine cu brînză rasă, făină și 2—3 ouă întregi. Se presară făină pe un fund și se răstoarnă compoziția. Se rulează ușor cu mîna muiată în făină. Se taie bucăți egale, se fac mici rulouri, se aruncă în apa clocotită, sărată. Se lasă pînă ce se ridică la suprafață, se adună cu spumiera, se scurg, se așază pe farfurie. Se toarnă pe deasupra unt proaspăt cald și brînză rasă și se dau la cuptor să se rumenească.

419. Sufleu de brînză de vacă

1/2 kg brînză, 2 ouă, 4—5 linguri smîntînă, 2 linguri făină, 3 linguri unt, 1/2 pahar lapte.

Se clocotește laptele cu untul, se adaugă toată făina odată, se amestecă repede și cînd este aproape rece se adaugă gălbenușurile, brînza bine sfărîmată și smîntîna, apoi albușurile bătute spumă (se pot pune și ouăle întregi). Se unge o formă, se toarnă compoziția și se dă la cuptor.

420. Budincă de papanași

1/2 kg brînză de vacă, 3 ouă, 3 linguri rase de griș, 1 pahar mare smîntînă, 2 linguri făină, sare.

Se dă brînza prin sită sau se fărîmă bine cu furculița, se amestecă cu ouăle întregi, puse unul cîte unul, grișul, făina și sarea. Din 3/4 din compoziție se prepară papanași:

se pun în apă clocotită cu linguriţa în formă de găluşte, şi se lasă să fiarbă. Papanaşii sînt fierţi cînd, după ce s-au ridicat deasupra, mai dau 1—2 clocote. Se scot cu lingura de spumă şi se aşază în forma unsă şi presărată cu pesmet: un rînd de papanaşi fierţi, un strat din compoziţia oprită nefiartă, la care s-a mai adăugat 3 linguri de smîntînă. Se umple forma, deasupra trebuind să rămînă un rînd de papanaşi. Se dă la cuptor potrivit şi se serveşte cu smîntînă şi caşcaval ras.

421. Budincă de clătite cu brînză de vacă

Clătitele: 2 ouă, 4 linguri rase de făină, 1/2 litru lapte, sare, un bob de drojdie de bere sau sifon.
Umplutura: 300 g brînză de vacă, 1—2 ouă, 4—5 linguri smîntînă, 1 lingură unt.

Prepararea clătitelor. Se amestecă bine ouăle întregi cu făina, drojdia şi sarea şi se subţiază cu lapte pînă ce coca devine de consistenţa smîntînii. Din această compoziţie se toarnă cu lingura de supă în tigaia unsă cu grăsime bine încinsă. Se prăjesc pe o parte şi pe cealaltă. Cu cît sînt mai subţiri, cu atît clătitele sînt mai aspectuoase şi mai gustoase.

Umplutura: brînza de vacă dată prin sită sau bine sfărîmată cu furculiţa se sărează şi se amestecă bine apoi cu ouăle întregi.

Aşezarea clătitelor pentru budincă: Se pune cam o lingură de umplutură pe suprafaţa clătitei, se rulează şi se aşază una lîngă alta într-o tavă sau vas de Iena uns cu unt. Deasupra se toarnă smîntîtă sau lapte amestecat cu ou şi cu o lingură de făină. Se dau la cuptor la foc potrivit.

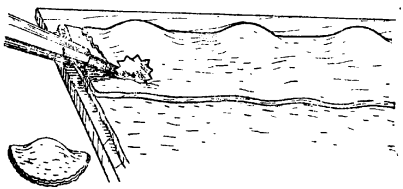
Clătitele se pot pune şi în formă rotundă, o foaie de clătite nerulată, un rînd de umplutură, deasupra altă clătită nerulată şi umplutură pînă se termină toate clătitele. Apoi se dau la cuptor. În momentul cînd se servesc la masă, se adaugă puţină smîntînă, unt sau margarină.

422. Risole cu caşcaval

150 g caşcaval, cocă fragedă, sos alb, sare, piper.

Se prepară o cocă fragedă (v. 876). Se prepară un sos alb gros (v. 75) în care se amestecă 150 g caşcaval tăiat bucăţi mici, sare şi puţin piper.

Se întinde coca cît mai subțire. La o distanță de 8 cm de la marginea din fața noastră, se așază moviliție din sosul alb, la distanță de 4 cm între ele. Se răstoarnă marginea neacoperită a aluatului peste moviliție, după ce s-a uns cu apă împrejurul fiecărei moviliție. Se presează cu degetele ca să se unească ambele părți ale aluatului. Se taie fiecare moviliță cu jumătate din gura unui pahar sau cu ruleta, ca să se obțină o formă de semilună. Se continuă astfel pînă se termină toată coca. Se prăjesc apoi în grăsime multă foarte bine încinsă. Se servesc cu soteuri sau ca aperitive.



PREPARATE DIN OUĂ

Reguli de observat

Ouăle trebuie să fie foarte proaspete.

Ouăle se încearcă dacă sînt proaspete astfel: se scufundă oul într-un vas cu apă rece în care s-a dizolvat puțină sare (100 g la 1 litru apă). Dacă oul este proaspăt, cade la fund și stă culcat. Dacă este mai vechi, începe să se ridice, mai întîi un capăt și cu cît este mai vechi, cu atît se ridică în poziție verticală. Cînd plutește deasupra apei, înseamnă că toată apa din ou s-a evaporat, oul a devenit ușor și este alterat.

Ouăle proaspete au coaja poroasă și sînt grele. Ouăle vechi au coaja lucioasă și sînt ușoare.

Niciodată oul nu se sparge direct în vasul în care se prepară, ci fiecare ou se sparge într-o ceșcuță și apoi se toarnă peste celelalte, după ce am constatat că este proaspăt.

Albușul oului se alterează imediat ce vine în contact cu aerul și în mod special pe timp furtunos devine chiar toxic. De aceea albușul nu se păstrează niciodată, nici măcar cîteva ore. Se întrebuințează imediat ce oul a fost spart, mai ales pe timp călduros sau furtunos.

Cel mai simplu preparat din ouă este oul fiert moale sau cleios.

Oul fiert moale își păstrează în întregime toate substanțele hrănitoare netransformate.

Ouăle cele mai digestibile sînt cele diluate într-un lichid, de exemplu: supele drese, șodourile etc.

Albușul oului este supus mai mult ca gălbenușul la putrefacțiile intestinale și este mai greu asimilabil. De aceea supele drese numai cu gălbenuș sînt mai digestibile.

Albușul crud conținînd o substanță care este greu atacată de sucurile gastrice, se recomandă să nu se întrebuințeze în alimentație decît albușul preparat.

Pe cît este posibil să nu se întrebuințeze în alimentație ouăle răscoapte prin fierbere sau prin frigere, fiindcă sînt mai greu de digerat.

Gălbenușul conține grăsimi și asociat cu o grăsime devine un aliment supragras deci indigest (maioneza, icrele, omletele etc.); de aceea nu trebuie să se facă abuz de aceste preparate, iar persoanele suferinde trebuie să le elimine complet din alimentație.

Cum se prepară ochiurile în apă. În momentul cînd se pune oul apa trebuie să fie clocotită. În apă se adaugă puțin oțet și sarea necesară. Apa clocotită încheagă și întărește albușul, sarea ridică și menține temperatura apei, iar oțetul ajută să nu se întărească albușul prea tare. Oul nu se toarnă în momentul cînd apa clocotește. Se trage vasul pe marginea mașinii și se pun ouăle în apa numai clocotită.

Pentru ca gălbenușul să fie acoperit în întregime cu albuș, se pune mai multă apă în vas, așa fel ca oul să se scufunde în apă.

Pentru ca gălbenușul să rămînă ca un ochi, se pune apă mai puțină în vas, numai de grosimea unui deget astfel ca gălbenușul să nu fie acoperit de apă.

423. Ouă fierte tari

Ouăle proaspete se fierb 8 minute în apă clocotită.

424. Ouă fierte cleioase

Se fierb ouăle 4—5 minute în apă clocotită.

425. Ouă fierte moi

Se fierb ouăle 2—3 minute în apă clocotită.
Ouăle de rață se fierb mai mult.

426. Ochiuri românești

12 ouă, 150 g unt, 1 linguriță oțet, sare.

Se pune într-un vas apă cam de două degete și cînd clocotește, se adaugă sarea și oțetul. Se trage pe marginea mașinii să înceteze clocotul. Se sparg ouăle în apă. Se lasă să se închege albușul și se scot cu o spumieră, se așază în farfuria caldă și se servesc cu unt fierbinte pe deasupra și mămăliguță. Se pot servi și cu piureu de spanac sau cu orice alt fel de piureu.

427. Ochiuri în unt (grăsime)

12 ouă, 2 linguri unt, sare.

Se sparg ouăle în grăsimea bine încinsă. Se pune sare numai pe albuș. Sarea pătează gălbenușul. Se scot imediat ce s-a închegat albușul și se servesc fie simple, fie cu ceapă prăjită sau pe lîngă soteuri și piureuri de diferite legume.

428. Ochiuri pe friganele

12 ouă, 12 felii franzelă, 2 ouă, 1/2 litru lapte, 2—3 linguri grăsime.

Se prepară friganele (v. 44), se pun deasupra ochiurile fierte în apă separat, și se toarnă apoi pe deasupra un sos de roșii sau un sos alb, bine fiert. Se servesc imediat.

429. Ochiuri pe șuncă

6—12 ouă, 6 felii de șuncă, 3 linguri unt, sare.

Se încălzește puțin untul, se pun feliile de șuncă și cînd s-au înfierbîntat, pe fiecare felie de șuncă, se sparge

cîte un ou, se pune sare, iar cînd albușul s-a închegat, se servesc la masă cu restul de unt pe deasupra.

430. Ochiuri cu spanac

12 ouă, 1½ kg spanac, 50 g unt.

Se prepară piureul de spanac (v. 57). Se servește cu ochiuri românești (v. 426) sau cu ochiuri în unt (v. 427).

431. Ochiuri cu smîntînă

6—12 ouă, ½ pahar smîntînă, sare.

Se pune smîntîna să clocotească și se sparg ouăle, se pune sare și se servesc foarte fierbinți.

432. Ochiuri pe roșii cu smîntînă

6—12 ouă, 3—6 roșii, ½ pahar smîntînă, 1 lingură unt.

Se pune smîntîna să clocotească și se pun feliile de roșii tăiate rotund, se mai lasă puțin și peste fiecare felie se sparge cîte un ou. Se lasă pînă ce se întărește albușul de ou și se servesc fierbinți cu sosul deasupra.

433. Ochiuri cu sos alb de ciuperci

6—12 ouă, 6 felii pîine, 1 lingură unt, 1 lingură făină, 7—8 ciuperci, 50 g șuncă, 100 g caşcaval, 2 pahare lapte, sare.

Se prepară ochiuri românești. Într-un vas special care merge la cuptor se așază ochiurile pe felii de pîine muiate în lapte. De jur împrejur se toarnă sos alb, amestecat cu ciupercile tăiate felii și înăbușite în unt, cu șuncă și jumătate din caşcaval tăiat bucățele. Pe deasupra se presară caşcaval ras. Se mai dă un sfert de oră la cuptor să se rumenească.

Se pot prepara numai cu sos alb și caşcaval.

434. Ochiuri în parizer

6—12 ouă, 6—12 felii parizer, 1 lingură grăsime, 50 g unt, sare.

Feliile de parizer tăiate subțiri, fără să li se rupă pielița de pe margini, se pun în grăsime încinsă ; pielița strîngîndu-se, feliile iau forma de cuib. Se sparge cîte un ou în fiecare cuib de parizer, se pune cîte o bucățică de unt pe deasupra și sare. Se dau la cuptor 10 minute pînă ce se întărește albușul. Se servesc calde.

Se poate pune o felie de roşie în cuib şi apoi ouăle ochiuri. Se pot garnisi cu o felie de roşii şi firişoare de verdeaţă, înfipte pe margini.

435. Jumări în parizer

12 felii parizer, 1 lingură grăsime, 10—12 ouă.

Parizerul tăiat felii, fără să fie atinsă pielița de pe margini, se pune în grăsime încinsă pînă ia forma de cuib. După ce parizerul s-a înfierbîntat se aşază pe farfuria în care se serveşte şi se toarnă în fiecare cuib jumări simple sau amestecate cu mazăre, ciuperci, ficat, roşii etc.

436. Jumări

10 ouă, 2 linguri unt, sare, 150 g caşcaval (se pot prepara şi fără caşcaval).

În grăsimea încinsă, se pun ouăle bătute cu sare, în ultimul moment. După ce s-au prins puţin pe tigaie, se amestecă cu furculiţa, şi fără să se lase să se întărească, se servesc fierbinţi cu caşcaval ras pe deasupra şi unt proaspăt. În loc de caşcaval se poate folosi şi altfel de brînză sau se pot servi simple.

437. Jumări cu roşii

6—12 ouă, 5—6 roşii, 1 lingură unt, verdeaţă.

Se fierb roşiile în unt, pînă ce scade apa, apoi se adaugă ouăle bătute şi verdeaţă tocată. Se servesc moi şi cu unt proaspăt pe deasupra.

438. Jumări cu slănină afumată

8 ouă, 100 g slănină.

Slănina, tăiată bucăţi, se pune în tigaie şi cînd grăsimea ce se lasă din slănină este încinsă, se adaugă ouăle bătute cu sare.

439. Jumări cu ciuperci

10—12 ouă, 1 lingură de grăsime, 10—12 ciuperci, 1 legătură pătrunjel.

În grăsimea încinsă se pun ouăle bătute cu sare şi amestecate în ultimul moment cu ciupercile înăbuşite şi bine fierte în unt. Se adaugă şi verdeaţă tocată.

440. Jumări cu creier

10—12 ouă, 1 lingură grăsime, 300 g creier, sare.

Se prepară la fel ca jumările cu ciuperci, cu deosebire că se adaugă creierul fiert ca pentru rasol și tăiat bucățele mici.

441. Jumări cu ficat

10 ouă, 250 g ficat, 1 lingură grăsime.

Se amestecă ouăle bătute cu ficatul prăjit și tăiat bucăți. La fel se prepară cu rinichi, care se înăbușă și se fierb bine înainte.

442. Omletă cu caşcaval

12 ouă, 1 lingură unt, 200 g caşcaval, sare.

În untul încins, se adaugă ouăle amestecate cu sare și bine bătute în ultimul moment. Se lasă să se prindă bine, fără să se amestece. După ce s-a rumenit pe partea de dedesubt, se presară deasupra cu caşcavalul ras și se rulează. Se servește fierbinte cu caşcaval ras pe deasupra.

443. Omletă cu roșii

Aceleași cantități ca în omleta cu caşcaval, în plus 7—8 roșii.

Se prepară la fel ca omleta cu caşcaval, dar înainte de a pune ouăle bătute în tigaie, se pun 7—8 roșii tăiate felii să se prăjească și peste ele se toarnă ouăle bătute ca la omleta cu caşcaval (v. 442).

444. Omletă cu spanac

Aceleași cantități ca la omleta cu caşcaval, în plus piure de spanac.

Se prepară la fel ca omleta cu caşcaval (v. 442), dar se umple cu piure de spanac (v. 57).

445. Omletă cu ciuperci

Aceleași cantități ca la omleta cu caşcaval, în plus ciuperci înăbușite în unt.

Se prepară la fel cu omleta cu caşcaval, dar se umple cu ciuperci înăbușite în unt.

446. Omletă cu creier

Aceleaşi cantităţi ca la omleta cu caşcaval, în plus creier fiert, smîntînă.

Se prepară la fel ca omleta cu caşcaval (v. 442). Se umple cu creier fiert şi amestecat cu smîntînă şi caşcaval.

447. Omletă cu resturi

Orice rest de soteuri, piureuri, mîncări scăzute, mazăre, ficat, rinichi, fripturi etc. poate servi ca umplutură la omletă.

448. Ouă umplute în coajă

6 ouă, 2 cepe, 100 g caşcaval, 50 g unt, 1 lingură de smîntînă, 1 ou crud, 2 legături verdeaţă, 1 lingură pesmet, sare, piper.

Ouăle fierte tari se taie în jumătate în lungime, se scoate gălbenuşul şi albuşul, iar cojile se umplu cu următoarea compoziţie: ceapa tăiată mărunt se înăbuşă în unt, se amestecă cu gălbenuşurile şi albuşurile fierte şi tocate, caşcavalul ras, jumătate din pesmet, un ou crud, smîntîna, sarea, piperul, verdeaţa tocată. Cojile de ou astfel umplute se presară cu pesmet şi se dau la cuptor un sfert de oră, cu cîte o bucăţică de unt pe deasupra. Se servesc fierbinţi.

449. Ouă mimoza

6 ouă, 1 hering, maioneză din 3 ouă, 1 linguriţă muştar, 1/4 kg ulei, 1 lingură zeamă de lămîie.

Ouăle fierte tari se lasă să se răcească. Se curăţă de coajă, se taie în jumătate în lungime. Se scoate gălbenuşul şi în albuş se pune o bucată de hering desărat, icre sau lapţi şi se umplu apoi cu maioneză tare, dîndu-se forma de ou.

Gălbenuşul de ou se dă prin sită direct deasupra ouălor. Se garnisesc cu felii subţiri de peşte, măsline, şuncă şi gogoşari. Se aşază în farfurie peste un strat de gălbenuş tare, dat prin sită, iar de jur împrejurul fiecărui ou se garnisește cu crenguţe de pătrunjel. Maioneza se poate amesteca şi cu muştar.

450. Ouă umplute cu ficat

6 ouă, 2 cepe, 200 g ficat, 2 legături verdeață, 50 g unt, 1 linguriță smîntînă, sare, sos alb.

Ouăle fierte tari se curăță de coajă, se taie în jumătăți în lungime, se scoate gălbenușul, iar albușul se umple cu următoarea compoziție: ceapă tăiată mărunt, înăbușită în unt cu ficatul prăjit sau fript la grătar, tăiat în bucăți mici, cu gălbenușul fiert dat prin sită, smîntînă, verdeață, sare. Se umplu jumătățile de albuș, se dă forma oului întreg, se așază într-o farfurie care rezistă la cuptor peste un sos alb (v. 75). Se rade caşcaval deasupra și se dă la cuptor un sfert de oră înainte de a se servi la masă.

451. Ouă în tarte

6 ouă, 200 g ficat, 2 cepe, 2 legături verdeață, 1 lingură grăsime, 1 lingură smîntînă, sare.
Pentru aluat de tarte: 300 g făină, 200 g unt, 1 ou, sare.

Se frămîntă bine o cocă pentru tarte și se dă la rece. Se întinde o foaie subțire de $^1/_2$ cm. Se îmbracă mici forme de tarte și se coc la foc potrivit. Bine coapte, se răstoarnă și se pun în ele jumătăți de ouă umplute cu ficat (v. 450) Deasupra se toarnă un sos alb (v. 75).

452. Ouă umplute cu șuncă

6 ouă, 150 g șuncă, 1 ou, 1 ceapă, 1 legătură verdeață, 5—6 linguri smîntînă, 1 lingură pesmet, 1 lingură unt, sare, piper.

Ouăle fierte tari se pregătesc pentru umplut ca la rețetele precedente. Gălbenușurile se dau prin sită. Se freacă untul spumă, se adaugă două gălbenușuri de ouă crude și gălbenușurile fierte date prin sită, șunca tăiată bucățele mici, ceapa tăiată mărunt și înăbușită, sare, puțin piper, pesmet și pătrunjel verde tocat, smîntînă. Se amestecă bine și la urmă se adaugă albușul spumă amestecîndu-se ușor. Cu această compoziție se umplu jumătățile de ouă, se așază apoi unul lîngă altul în farfuria unsă cu unt, se toarnă deasupra restul de smîntînă, se presară pesmet. Se dau la cuptor un sfert de oră și imediat se servesc la masă.

453. Ouă umplute cu salată crudă

6 ouă, salată de crudităţi.

Ouăle fierte tari se umplu cu salată de crudităţi (v. 116) amestecată cu gălbenuşurile date prin sită.

454. Ouă cu ciuperci

6 ouă, 100 g unt, 1 lingură făină, 250 g ciuperci, 1 pahar lapte, 100 g caşcaval.

Se pregătesc ouăle pentru umplut. Gălbenuşurile se sfărîmă cu o furculiţă şi se amestecă cu o ceapă tăiată mărunt şi puţin înăbuşită, cu jumătate din cantitatea de unt frecat spumă cu sare, piper şi pătrunjel tocat. Se umplu ouăle, se aşază într-un vas de pămînt sau de Iena şi se toarnă pe deasupra un sos alb mai gros, ca ciulamaua, în care s-au pus ciupercile tăiate şi înăbuşite şi jumătate din caşcavalul ras. Se dau la cuptor. Se servesc fierbinţi cu restul de caşcaval ras şi unt pe deasupra.

455. Ouă în roşii

6—12 ouă, 6 roşii potrivit de mari, 100 g unt, 1 lingură făină, 100 g şuncă, 100 g caşcaval, 1 pahar lapte.

Se scobesc roşiile şi li se dă sare, se umplu cu ouăle fierte şi tocate împreună cu albuşul, amestecate cu caşcaval ras, şuncă şi cu sosul alb, preparat din unt, făină şi lapte. Se dau la cuptor şi se servesc fierbinţi cu caşcaval ras pe deasupra.

456. Ouă umplute cu sos de roşii I

6 ouă, 100 g unt, 1 linguriţă făină, zeamă de roşii sau bulion, 1 ceapă, verdeaţă, sare, piper.

Se pregătesc ouăle pentru umplut. Umplutura se prepară din gălbenuşul amestecat cu ceapa înăbuşită, sare, piper, verdeaţă şi jumătate din cantitatea de unt frecat spumă. Se aşază într-un vas de pămînt sau de Iena şi se toarnă deasupra sosul de roşii, gros ca ciulamaua. Se dau la cuptor 20 minute. Se servesc fierbinţi.

Se mai pot prepara şi astfel: ouăle fierte cleioase se taie în jumătate, se aşază într-o farfurie care merge la cuptor şi se toarnă pe deasupra sosul de roşii. Se dau la cuptor şi se servesc fierbinţi.

457. Ouă cu sos alb

6—12 ouă, 200 g caşcaval, sos alb.

Se fierb ouăle cleioase, se curăţă de coajă şi se aşază într-un vas de pămînt sau de Iena. Se toarnă pe deasupra un sos alb (v. 75), bine fiert şi amestecat cu caşcaval ras. Se dau la cuptor 20 minute. Cine doreşte le poate adăuga şuncă tăiată bucăţele.

458. Ouă cu piureu de cartofi

6 ouă, 1/2 kg cartofi, 100 g unt, sare, piper.

Se prepară un piureu de cartofi. Se aşază în vasul special ce merge la cuptor şi se fac găuri în piureu, presînd cu o linguriţă. În fiecare gaură se pune o bucăţică de unt şi se dă la cuptor să se rumenească. Se scoate, se mai presează locul gol şi se sparge cîte un ou în fiecare gaură. Se dă sare, se mai pune o bucăţică de unt şi se dă la cuptor, unde se ţin atît cît trebuie ca să se întărească albuşul.

459. Ouă umplute cu salată de boeuf

12 ouă, salată de boeuf, salată verde, măsline, gogoşari, verdeaţă sau piper.

Se prepară o salată de boeuf (v. 123). Se aşază pe o farfurie un strat gros cam de 4—5 cm. Deasupra se înfig ouă umplute cu salată sau numai cu maioneză şi se garnisesc cu foi de salată verde, roşii, măsline, gogoşari, pătrunjel verde, rotunduri de ridichi de lună, tăiate în diferite forme, unele mai mari, altele mai mici şi care se suprapun, alternînd culorile.

460. Ouă în aspic

12 ouă, aspic, salată de boeuf.

Se umplu ouăle cu salată de boeuf ca mai sus. Într-o formă rotundă sau dreptunghiulară se toarnă aspic (v. 480) în strat gros cam de 1 1/2 cm. Se lasă la rece, dacă este posibil chiar la gheaţă, ca să se închege bine. Se ia de la gheaţă şi se ornează pe deasupra cu flori din albuş, măsline, boabe de mazăre verde, pătrunjel etc. Se toarnă din nou aspic rece cu o linguriţă, astfel ca să nu se mişte garnitura. Se dă din nou la rece. După ce s-a închegat, se aşază ouăle umplute fiecare peste cîte o floricică, se toarnă din nou aspic rece de jur împrejur, se dă din nou la rece şi se continuă tot aşa pînă ce aspicul trece pe deasupra ouălor cu

un strat cam de 2 cm. Pentru ca să se poată servi, se scufundă forma numai o clipă în apă fierbinte, se șterge și se pune deasupra farfuria pe șervet și se răstoarnă.

461. Ouă umplute cu ciuperci

12 ouă, 100 g unt, 300 g ciuperci, 1 ceapă, piper, verdeață, zeamă de lămîie, roșii, gogoșari.

Se fierb ouăle pentru umplut. Umplutura se prepară astfel: gălbenușurile se freacă cu puțin unt proaspăt, pînă ce devin ca o spumă. Se adaugă ciupercile înăbușite în unt cu ceapă (se poate și fără ceapă), puțin piper, verdeață fin tocată. Se stropesc cu zeamă de lămîie. Se umplu albușurile, se așază pe farfurie și se ornează cu felii de roșii, gogoșari etc.

462. Ouă în roșii cu sos de ciuperci

6—8 ouă, 6—8 roșii, 100 g unt, sos alb de ciuperci, sare, piper.

Se aleg roșii de mărime mijlocie, se taie capacul, astfel încît să nu se zdrobească, iar deschizătura să nu fie mai mare decît 3—4 cm. Se scot cu grijă miezul și semințele, observînd ca roșiile să rămînă întregi. Se așază pe o farfurie specială care merge la cuptor, unsă cu unt și se pune cîte o bucățică de unt în fiecare roșie. Se dau la cuptor și cînd roșiile s-au muiat, se scoate farfuria și se umplu roșiile pînă la jumătate cu un sos alb de ciuperci (v. 89). Peste sos se așază în fiecare roșie un ou fiert cleios. Se mai dau la cuptor încă 5 minute și se servesc fierbinți.

463. Ouă umplute cu sos de roșii II

6—12 ouă, 1 linguriță muștar, 1 lingură ulei, zeamă de lămîie, 1 ficat, 1 pipotă, sos de roșii.

Se pregătesc ouăle pentru umplut. Umplutura se pregătește astfel: se freacă gălbenușurile cu o linguriță de muștar, mărar și pătrunjel verde tocat mărunt, o linguriță de ulei și zeamă de lămîie turnată puțin cîte puțin. Se mai adaugă ficat și pipotă fripte în unt și tăiate mărunțel. Se amestecă totul și se umplu albușurile. Dacă se servesc reci, deasupra se așază o felie de roșie, dacă se servesc calde, se toarnă sos de roșii puțin îndulcit (v. 92).

464. Ouă cu sos picant

12 ouă, sos picant.

Se fierb ouăle tari. Se taie în sferturi, se aşază pe farfurie şi se toarnă pe deasupra sos picant (v. 97).

465. Ouă umplute cu sardele

6—12 ouă, 6—12 măsline, 150 g unt proaspăt, 2—3 peşti, salată verde.

Poate fi folosit orice peşte sărat. Se desăreează, se curăţă de oase, se trece prin sită sau numai se fărîmiţează, se freacă cu unt proaspăt pînă ce devine ca o pastă. Se umplu albuşurile fierte tari şi tăiate în jumătăţi în lungime sau în lăţime. Se întregeşte oul şi se aşază pe farfurie pe foi de salată verde. Se garnisesc astfel: se taie 1/2 de măslină, se scoate sîmburele şi se aşază pe vîrful oului ca o pălărie. Se înfige un fir de morcov, care formează nasul şi trei bucăţele de măslină pentru ochi şi gură. În loc de măsline se pot folosi roşii şi gogoşari pentru pălărie etc.

466. Ouă umplute cu ficat (altfel)

10 ouă, 200 g ficat, 200 g unt, garnituri.

Se pregătesc ouăle pentru umplut. Se prăjeşte înăbuşit ficatul fără să se usuce şi se trece prin sită. Se freacă cu untul şi cu gălbenuşurile pînă ce devine spumă. Se adaugă sare, piper, nucşoară şi o picătură de vin. Se umplu ouăle şi se garnisesc cu roşii, jumătăţi de măsline, gogoşari, firişoare de pătrunjel, ridichi de lună tăiate fin etc.

467. Ouă umplute cu sos de castraveciori

12 ouă, maioneză, 2 heringi, 1 castravecior.

Se prepară maioneză cu muştar (v. 68), şi se împarte în două părţi. O parte se amestecă cu bucăţele mărunte de orice fel de peşte conservat şi se umplu albuşurile pregătite pentru umplut. Restul de maioneză se amestecă cu castraveciori în oţet tăiaţi mărunt şi se aşază pe farfuria de servit un strat gros. Deasupra se aşază ouăle umplute şi se garnisesc după cum s-a arătat la reţetele precedente. Gălbenuşurile se trec pe răzătoare deasupra ouălor.

468. Ouă cu maioneză

12 ouă, maioneză, roşii, verdeaţă.

Ouăle fierte tari se aşază pe o farfurie, întregi sau jumătăţi. Deasupra se toarnă o maioneză subţiată cu puţin

oțet de vin (v. 68). În vîrful fiecărui ou se așază un firicel de pătrunjel verde, iar marginile farfuriei se garnisesc cu felii de roșii, cîteva măsline tăiate sau castraveciori, gogoșari etc.

469. Ouă umplute cu sos de smîntînă

12 ouă tari, miez de franzelă, 1 bucată pește sărat, 1 ceapă, pătrunjel verde, sare, piper, sos de smîntînă.

Se fierb ouă tari. Se taie jumătăți în lungime. Se scot gălbenușurile. Se prepară o pastă din gălbenușuri, miez de franzelă muiat în lapte, o sardea tocată sau o bucată de pește sărat, pătrunjel verde tocat, o ceapă, toate tocate foarte fin, sare și piper. Se umplu albușurile. Se pot servi reci sau calde cu sos de smîntînă (v. 77).

470. Ochiuri în cuib de mămăligă

6—12 ouă, 1 litru lapte, 1/2 kg mălai, 4—5 linguri de unt, 4—5 linguri de smîntînă.

Se prepară o mămăligă pripită moale, care se fierbe cu lapte în loc de apă. (Se poate prepara și numai cu apă). După ce e bine fiartă se amestecă cu 3 linguri de unt și o parte din smîntînă. Se așază în farfuria care merge la cuptor. Se fac cuiburi, apăsînd cu lingura din distanță în distanță, se pune în fiecare cuib puțin unt, și pe deasupra se sparge cîte un ou în fiecare cuib și se dau la cuptor 5 minute, atît cît să se întărească bine albușul. Se servesc imediat cu restul de unt și de smîntînă pe deasupra.

471. Ochiuri cu sos alb

12 ouă, 1 lingură unt, 1 lingură făină, lapte, 300 g brînză rasă.

Se prepară un sos alb potrivit de gros (v. 75). Rece se amestecă cu două gălbenușuri crude, apoi cu albușul bătut spumă, iar la sfîrșit cu brînza rasă. Se prepară ochiuri în apă, se scurg bine și se așază astfel: în vasul care merge la cuptor se toarnă jumătate din cantitatea de sos, deasupra ochiurile și peste ele restul de sos. Se prepară cu brînză rasă, unt proaspăt. Se dau la cuptor 15 minute. Se servesc fierbinți.

472. Ochiuri în cuib de cartofi

6—12 ouă, 3/4 kg cartofi, 4—5 linguri unt, sare.

Se umple un cornet cu piureu de cartofi. În farfuria care merge la cuptor se toarnă cu cornetul rînduri unele

peste altele în formă de cuib. La mijlocul fiecărui cuib se sparge un ou, se pune o parte din unt și se dau la cuptor cu restul de unt deasupra. Se poate servi și cu smîntînă deasupra.

473. Ouă cu sos de cartofi

12 ouă, ½ kg cartofi, 3 linguri unt, 1 lingură făină, mărar verde.

Peste ouăle fierte se toarnă un sos alb (v. 75) amestecat cu un piureu de cartofi (v. 56). Se presară cu mărar verde tocat.

474. Ouă în roșii cu pesmet și brînză

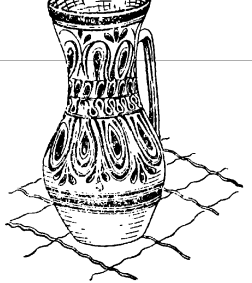
6—12 roșii, 6—12 ouă, 2 linguri pesmet, 2 linguri unt, 200 g brînză, sare, piper.

Se aleg roșii mari rotunde și tari. Se taie un căpăcel la unul din capete. Se curăță de miez și de semințe. Se sparge în fiecare roșie un ou. se presară deasupra pesmet, unt, brînză rasă. Se dau la cuptor. Se servesc cu sos de roșii (v. 92) preparat din miezul scos de la roșii și verdeață tocată.

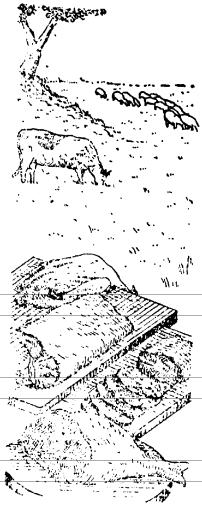
475. Crochete de ouă cu sos de roșii

2—3 ouă, 1 lingură unt, 1 lingură făină, grăsime, pesmet, pătrunjel, sare.

Se prepară un sos alb gros (v.75). Se lasă să se răcească. Se fierb 2—3 ouă, se taie mărunt și se amestecă cu sosul și cu pătrunjel tocat. Se formează crochete, care se rulează în pesmet și se frig în grăsime multă. Se servesc cu sos de roșii (v. 92).



SUPE



Supele de carne se obțin fierbînd carnea cu apă rece la foc slab la început și apoi la foc potrivit, astfel ca extracția sucurilor nutritive să se facă încet și cît mai complet.

Pentru a obține o supă gustoasă se pune la fiert carne rasol, oase cu măduvă, piept sau pulpă grasă.

Supa de carne trebuie să fie cît mai limpede, grasă și gustoasă. Pentru ca supa să fie limpede se spumuiește și imediat se adaugă un pahar cu apă rece, care face să se ridice din nou restul de spumă. Se procedează tot astfel pînă ce iese la suprafață toată spuma din supă. Se șterg apoi marginile oalei de supă cu o cîrpă udă, pentru ca să nu rămînă negreala de la spumă.

Bulionul de carne este o supă mai concentrată.

Consomeul este un bulion mult mai concentrat și deci se prepară dintr-o cantitate mult mai mare de carne de vacă, vițel și pasăre. Se poate prepara și numai din carne de vacă, dar este mai gustos dacă se adaugă carne de vițel și de pasăre.

Se prepară la fel ca bulionul de carne (v. 478). Atît bulionul cît și consomeul se servesc la cești, cu garnitură de pateuri, găluști de carne, găluști de ficat etc.

Bulionul de carne și consomeul sînt riguros interzise persoanelor care suferă de ficat, stomac, gastrită.

Aspicul este un bulion de carne mai concentrat, extras din partea cartilaginoasă a diferitelor animale, care conține o mare cantitate de gelatină. Animalele tinere, ca vițelul și purcelul, conțin o importantă cantitate de gelatină. Dintre păsări, cocoșul este în întregime gelatinos, iar la alte păsări (gîsca, curcanul) numai labele, aripile, gîtul, capul.

Peștele are de asemenea carnea gelatinoasă. Se poate prepara aspic de calitate inferioară numai din șoriciul de porc, închegat mai tare ca piftia și la care se adaugă și foi de gelatină.

Aspicul trebuie să se prezinte tare, limpede și gustos.

Se întrebuințează la ornarea diferitelor preparate reci, fie tocat, fie îmbrăcat pe preparatul respectiv ca pateul de ficat, ouă etc.

476. Supă de carne

1—1½ kg rasol sau piept, 2 cepe, puțin usturoi, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 păstîrnac, ½ țelină, sare, varză dulce, apă cît să acopere carnea în oală cam de o palmă.

Se pune carnea la fiert cu apă rece. Sarea se adaugă după ce a început să clocotească. Se ia spuma imediat ce s-a format și tot atunci se adaugă zarzavatul proaspăt, bine curățat și spălat. Ceapa se coace pe mașină și se adaugă odată cu zarzavatul și cu varză dulce, după gust și cîțiva căței de usturoi. Se lasă să fiarbă 3—4 ore la foc potrivit, pînă ce fierbe carnea bine. Se scoate carnea și zarzavatul și se limpezește supa, turnîndu-i puțină apă rece. Se mai lasă să stea puțin și se strecoară. Apoi se pune din nou la fiert cu diferite paste făinoase ca: tăiței, iofca, găluști de griș, de pesmet, orez, zdrențe, găluști de ficat, găluști din carne, cartofi întregi, arpacaș, tapioca etc.

477. Supă de găină

1 găină, 2 cepe, sare.

Se prepară la fel ca supa de vacă. Nu se pune zarzavat, ca să rămînă gustul specific de carne de găină. Se poate pune doar ceapă.

478. Bulion de carne

6 litri apă, 2 kg carne de vacă, rasol alb sau de la coadă, 1 os cu măduvă, 3 picioare de vițel de lapte, 3 albușuri, sare, 1 morcov, 1 păstîrnac, ½ țelină.

Se pune carnea la fiert. Se adaugă sare și se fierbe la foc potrivit, luînd spuma mereu. Se fierbe 5—6 ore, pînă ce lichidul se reduce cam la trei sferturi. Se scoate carnea, se dă la rece și se strecoară supa. Se lasă pînă ce se răcește și i se sleiește grăsimea. Se ridică grăsimea, se limpezește cu albuș de ou (v. 480 Aspic) și se servește foarte fierbinte cu pateuri. Un bulion și mai bun se obține dacă se adaugă și carne de găină.

479. Consome

5 litri apă, 2 kg carne de vacă, 1 os cu măduvă, 1 kg carne de vițel, o găină, zarzavat de supă, 3 albușuri, sare.

Se prepară la fel ca bulionul de carne (v. 478) și se limpezește cu albușuri de ou la fel ca aspicul (v. 480).

480. Aspic

6 litri apă, 3 kg rasol de vacă sau carne de la coadă, 2 picioare de viţel, zarzavat de supă, 100 g vin alb, 2 cepe, ţelină, cîteva boabe de piper, 3—4 albuşuri pentru limpezit, sare.

Facultativ se poate adăuga carne de găină sau de altă pasăre, îi dă un gust şi mai bun.

Prepararea aspicului cere o deosebită atenţie.

Pentru ca substanţele gelatinoase să treacă în lichid, carnea trebuie pusă cu apă rece la un foc slab, iar oasele trebuie să fie sparte în lungime. Zarzavatul se adaugă după ce a dat un clocot. Lichidul se pune de la început în mare cantitate pentru ca să nu fie nevoie să se mai adauge mai tîrziu. Dacă totuşi este nevoie de lichid, se adaugă apă fierbinte. Fierberea se face încet şi cu vasul descoperit. Se cunoaşte că a fiert îndeajuns, cînd carnea se dezlipeşte uşor de pe oase, iar zeama devine cleioasă. În acest moment cantitatea de lichid trebuie să acopere carnea şi oasele cam cu 10 cm deasupra. Aspicul se încearcă dacă este legat ca şi piftia (v. 555).

Limpezirea aspicului. Limpezirea aspicului se face cu albuş de ou.

La un litru de aspic lichid se adaugă două albuşuri şi coaja de la ouă, uscată şi bine pisată. Albuşul se bate spumă şi se toarnă în lichid împreună cu cojile pisate şi se continuă să se bată pe marginea maşinii. Se dă apoi vasul cu aspic la cuptor şi se lasă nemişcat pînă ce albuşul s-a coagulat complet şi s-a rumenit. Se ia vasul din cuptor şi cu multă atenţie se strecoară lichidul printr-un tifon, într-un vas smălţuit.

În cazuri urgente şi dacă se prepară aspic fără cantitatea de carne, pentru a obţine un aspic bine închegat se adaugă în bulionul de carne foi de gelatină în proporţie de 10—12 foi la 1 litru de lichid.

Aspicul pus în forme şi răcit se răstoarnă cufundînd forma cîteva secunde în apă clocotită.

DIFERITE ADAOSURI LA SUPE

481. Găluşte de griş cu unt

50 g unt, 100 g griş, 1 ou, sare.

Se freacă untul spumă, se adaugă oul, sarea şi grişul. În momentul cînd supa clocoteşte, se ia cu linguriţa din

această compoziție și se încearcă la fel ca la Găluște cu griș fără unt (v. 485) și apoi se pun în supă să fiarbă, la foc potrivit, să nu se sfărîme. Cînd găluștele sînt fierte, se ridică deasupra supei. Se servește supa cu pătrunjel verde tocat.

În loc de unt se poate folosi și altă grăsime. Cea mai bună este grăsimea de pe supă, care se ia închegată după ce s-a răcit supa.

482. Găluște de pesmet

Se prepară la fel cu cele de griș, cu deosebirea că se înlocuiește grișul cu pesmet și li se mai adaugă verdeață tocată și piper.

483. Găluște de ficat

350 g ficat, 1 felie franzelă, 1 ou, sare, piper.

Se fierbe ficatul, se dă prin mașină, se amestecă cu franzelă muiată în supă și se dă prin sită. Se amestecă cu un ou întreg, sare și piper. Se fac găluște rotunde, de mărimea unei nuci și se pun în supă.

484. Găluște de carne

300 g carne, 1 felie franzelă, 1 ou, sare, piper.

Se prepară la fel cu găluștele de ficat. Se preferă carnea albă.

485. Găluște de griș fără unt

1 ou, 50 g griș.

Se freacă bine un gălbenuș cu sare. Se adaugă albușul spumă sau invers, în albușul spumă se adaugă gălbenușul și se amestecă foarte bine, apoi se adaugă grișul în ploaie, puțin cîte puțin. Pentru ca să nu rămînă găluștile tari la mijloc, se prepară numai în momentul cînd se pun la fiert, iar compoziția nu trebuie să fie tare. Se încearcă astfel: se ia cu vîrful linguriței puțină compoziție și se pune în supă. Dacă nu se încheagă, se mai adaugă griș, cîte puțin, ca să nu se treacă măsura, deoarece o dată trecută această măsură, nu se mai poate repara decît începînd operația de la început, cu alt ou și alt griș.

486. Găluște de brînză

1/4 kg brînză, de oi sau de vacă, 1 ou, 1 lingură griș, 1 lingură făină, sare.

Se trece brînza prin sită sau se sfărîmă bine cu furculița, se amestecă mai întîi cu un ou întreg și apoi treptat cu griș și făină, sare. Se ia cu linguriță și se toarnă în supa clocotindă.

487. Zdrențe

1 ou, făină, sare.

Se amestecă un ou întreg cu făină și sare, pînă se obține o compoziție care, luată cu linguriță, curge ca o smîntînă. Se toarnă puțin cîte puțin în supă în momentul cînd supa clocotește.

488. Tăiței

V. 248 Tăiței. Pentru aspect tăițeii pentru supă se taie cu ruleta.

489. Griș, orez și tapioca

Grișul se toarnă în supă în formă de ploaie, în momentul cînd clocotește.

Orezul și tapioca se pot fierbe direct în supă, sau se fierb separat și apoi se adaugă în supă.

CIORBE

Reguli de observat

Cantitatea de lichid care se pune la fiert cu carnea este în raport cu frăgezimea cărnii: cu cît carnea este mai bătrînă, cu atît cantitatea de lichid trebuie să fie mai mare.

Cînd carnea este foarte tînără, se fierbe mai întîi ceapa în apă și apoi se pune carnea.

Atît ciorbele, cît și borșurile se pot drege cu ou și cu smîntînă sau numai cu ou și numai cu smîntînă. Dacă se dreg cu ou se procedează astfel: oul întreg se amestecă mai întîi cu sare și cu puțină apă rece, ca să nu se taie, dacă ciorba este mai fierbinte. Apoi se toarnă în ciorbă cîte puțin, amestecînd mereu cu lingura.

Ciorbele drese cu ou se reîncălzesc numai în baia de apă.

La ciorbe și la borșuri se adaugă o ceșcuță de orez, care le dă gust.

La borșuri nu trebuie să lipsească leușteanul, care dă o aromă specială.

Ardeiul, roșiile, frunza de țelină, verdeața, toate date prin mașina de carne, se adaugă în ultimul moment. Pătrunjel verde se mai pune și cînd se dă ciorba la masă.

490. Ciorbă de pui

2 litri apă, 1 pui mare, 1 morcov, 1 păstîrnac, 1 ceapă, verdeață, roșii, sare, 1 ou, 2—3 linguri smîntînă, 1 linguriță orez.

Se pune ceapa la fiert cu apă rece. După ce dă în clocot, se adaugă zarzavatul tăiat subțire, puțin orez și o parte din verdeață. Se lasă pînă ce fierbe pe jumătate și se adaugă puiul tăiat bucăți și o parte din roșii. În ultimul moment se mai adaugă restul de roșii și verdeața tocată mărunt. Se poate acri cu zeamă de lămîie, cu prune verzi sau cu agurîdă. Se drege cu ou și cu smîntînă. Cu cît are mai multă smîntînă și mai multe ouă, cu atît ciorba este mai gustoasă.

491. Ciorbă de găină

Se prepară la fel ca ciorba de pui, zarzavatul se adaugă însă după ce a fiert carnea pe jumătate.

492. Ciorbă de potroace

1 1/2 litru apă, 7—8 bucăți de carne de pasăre, labele și gîtul, zarzavat de supă, ceapă, 1 litru zeamă de varză acră, 50 g orez, leuștean, sare.

Se pune carnea la fiert cu apă rece, ceapa tăiată mărunt și foarte puțină sare. Se pune apă atît cît să acopere bine bucățile de carne, iar în timpul fiertului se mai adaugă dacă este nevoie.

Cînd carnea este pe jumătate fiartă, se adaugă zarzavatul tăiat fire subțiri, cuburi mici, sau trecut prin răzătoarea mare, iar cînd este aproape gata se adaugă orezul.

După ce a fiert carnea se adaugă zeama de varză acră, care a clocotit mai întîi separat. Se potrivește de acru, se mai dă cîteva clocote, se adaugă verdeața și leușteanul.

493. Ciorbă de carne de vițel, miel, vacă

2 litri apă, 1 kg carne, zarzavat de supă, 2 cepe, 4—5 roșii, verdeață, sare.

Se taie carnea în bucăți potrivit de mari și se pune la fiert în apă rece cu sare. Cînd dă în clocot se adaugă zarzavatul tăiat fire subțiri sau trecut prin răzătoarea mare și se lasă să fiarbă. Se încearcă dacă este fiartă carnea, se potrivește zeama, adăugîndu-se apă, dacă mai este nevoie, și la ultimul clocot se adaugă roșiile tăiate bucățele, iar la urmă verdeața tocată mărunt.

494. Ciorbă de pește

2 litri apă, 1½ kg pește, zarzavat de supă, 50 g orez, sare.

Se prepară ca și celelalte ciorbe, cu deosebirea că peștele se pune la fiert după ce a fiert zarzavatul.

BORȘURI

495. Umplerea borșului

Pregătirea borșului necesită un vas de pământ sau de lemn (putină sau borcan). La nevoie însă se pregătește în borcan de sticlă. Vasul se spală bine, se limpezește, se opărește cu apă clocotită, se scurge bine, se usucă, iar pentru a-i înlătura orice miros, se afumă cu cîrpă aprinsă, de preferat cîrpă de in sau de cînepă. După ce s-a pregătit vasul, se umple borșul astfel: la 10 litri de apă se pune 1½ kg tărîțe grîu, ½ kg mălai și o farfurie de huști rămase de la alt borș. Se lasă apa să clocotească. Între timp se prepară o plămădeală din tărîțe de grîu și făină de porumb (mălai) amestecate cu apă rece. Se lasă să stea această plămădeală cel puțin ½ oră. Peste plămădeală se toarnă apa clocotită, amestecîndu-se mereu cu făcălețul. După ce s-a mai răcit puțin, se adaugă huștile, amestecîndu-se din nou și 2—3 cărbuni stinși, care ajută la limpezirea borșului și la îndepărtarea oricărui miros.

Pentru ca fermentația borșului să se facă mai repede, se așază putina la loc călduț, de preferat în bucătărie, în apropierea mașinii de gătit. După 12—14 ore, borșul s-a acrit. Se toarnă puțină apă rece și se păstrează la loc răcoros.

În cazul cînd se prepară borșul pentru prima dată și lipsesc huștile, se prepară o maia din ¼ kg mălai amestecat cu apă fiartă. După ce se răcește puțin, se adaugă două linguri de făină de grîu. Se amestecă și se lasă să dospească 12 ore. Această maia se adaugă în locul huștilor la umplerea borșului.

496. Borș de pește

1½ litri apă, 6 bucăți pește, 1 morcov, 1 pătrunjel, 2 cepe, sare, 2—3 cești borș, 4—5 roșii, sau 1 lingură bulion, pătrunjel verde, leuștean.

Se fierbe zarzavatul tăiat fire lungi și ceapa tăiată mărunt, în apă cu sare. Se adaugă borșul, după ce zarzavatul

este bine fiert, apoi bucățile de pește, care mai întîi au fost frecate cu sare. Se fierbe la foc potrivit, să nu se fărîme peștele. Se mai adaugă felii de roșii. Se poate servi rece sau cald, după gust, cu pătrunjel și leuștean. Se poate adăuga și o ceșcuță de orez, care se fierbe odată cu zarzavatul. Se poate prepara și fără zarzavat.

497. Borș de găină, pui, viței, miel, vacă

Se prepară la fel ca ciorbele, cu deosebirea că se fierb cu apă mai puțină, pentru ca să se poată acri cu borșul și să nu se slăbească tăria zemii. Se servește fie dres, fie nedres, cu pătrunjel verde pe deasupra.

498. Borș de perișoare

500 g carne de viței, 2 ouă, o felie de franzelă, 3 cepe, 3 legături de verdeață, piper, sare, 1 litru borș, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 țelină mică.

Carnea tocată se amestecă bine cu ceapă tăiată mărunt și înăbușită, miez de franzelă muiat și stors puțin, ouăle, verdeața, sare, piper. Se fac mici perișoare, udîndu-se mereu mîna în apă rece.

Zarzavatul și ceapa, tăiate mărunt, se pun la fiert cu puțină apă. Cînd zarzavatul a fiert, se adaugă borșul. Mai dă un clocot și se pun perișoarele să fiarbă la foc domol. Spre sfîrșit se adaugă verdeața tăiată mărunt. Cine dorește drege borșul cu smîntînă și gălbenuș de ou, ca să fie mai hrănitor și mult mai gustos.

RASOLUL

Pentru a obține un rasol bun, se pune carnea la foc cu apă clocotită, cu sare și zarzavat mai mult ca la supă. Se pot adăuga și cîțiva cartofi, care se pun la fiert numai cu $1/2$ oră înainte de a se servi rasolul, pentru a nu se sfărîma în supă. Zarzavatul se servește cu hrean, usturoi pisat, sos de roșii sau numai cu oțet și ulei, ca garnitură la rasol

499. Rasol de vacă

$1\,1/2$ kg carne, zarzavat de supă, hrean, usturoi.

Se alege carne de la coadă sau de la piept și se fierbe așa cum am arătat mai sus. Carnea fiartă, se scoate, se taie felii și se așază fierbinte în farfurie. Alături se așază zarzavatul, presărat cu pătrunjel și se servește imediat cu diferite sosuri, ca :

Sos de hrean cu smîntînă: se freacă 1 gălbenuş de ou cu 1—2 linguri de smîntînă, se adaugă zeamă de lămîie sau oţet, sare şi se fierbe în baia de apă, pînă ce se leagă, se toarnă peste o rădăcină de hrean rasă.

Sos de hrean: (v. 80).

Mujdei de usturoi pregătit cu zeamă de supă şi usturoi pisat.

Sos de roşii (v. 92).

500. Rasol din cap de viţel

1 cap de viţel, zarzavat de supă, usturoi.

Se alege un cap de viţel tînăr. Se lasă să stea în apă rece pînă se scoate tot sîngele. Se pune la fiert capul întreg sau numai o parte din cap, fără creier, în apă rece mai multă, astfel ca să fie bine acoperit. Părţile ce rămîn afară din apă se înnegresc. După un clocot, se adaugă sarea şi zarzavatul, ca la supă, şi se lasă să fiarbă în clocote mici 2—3 ore. Carnea fiartă bine se desprinde de pe oase, se aşază pe o farfurie şi se serveşte caldă în zeama ei cu mujdei de usturoi.

501. Rasol de picioare de viţel

Se prepară la fel ca şi capul de viţel (v. 500).

502. Rasol de viţel cu vinegretă

1½ kg carne de viţel, zarzavat de supă, sos de muştar, ulei, oţet.

Se prepară la fel ca rasolul de cap de viţel şi se serveşte cu sos de muştar, ulei şi oţet.

503. Rasol de găină

1 găină, usturoi.

Se pregăteşte la fel ca rasolul de vacă. Se serveşte cu mujdei de usturoi, cu sos de roşii, cu sos de smîntînă cu hrean (v. 499, Rasol de vacă).

504. Rasol de limbă

Limba foarte bine spălată, se fierbe în apă clocotită, cu zarzavat ca şi rasolul de vacă (v. 499). Se curăţă de pieliţă, se lasă să se răcească, apoi se taie în felii şi se serveşte cu sos simplu de ulei, zeamă de lămîie, verdeaţă şi cu zarzavatul cu care a fiert. Se poate servi cald sau rece cu hrean pe deasupra.

505. Limbă cu sos de vin

1 limbă, 3—4 cepe, 1 morcov, 100 g slănină afumată, 2 pahare vin, 1 pahar cu supă, 300 g macaroane, roşii, brînză, 3—4 linguri unt.

Se fierbe limba, se curăţă şi se aşază într-o cratiţă peste un strat de slănină afumată, ceapă tăiată felii subţiri, morcov tăiat cît mai subţire, usturoi tăiat. Se toarnă un pahar de vin alb, un pahar de supă, sare, piper. Se acoperă şi se fierbe la foc potrivit pînă ce scade. Se adaugă din nou un pahar de vin, un pahar de supă, toate fierbinţi. Se acoperă şi se fierbe la foc potrivit pînă scade. Se toarnă din nou un pahar de vin şi zeamă de carne şi se dă la cuptor 3 ore. Separat se fierb macaroane, se amestecă cu sos de roşii, cu unt şi brînză. Sosul de la limbă se degresează şi se trece prin sită. Limba se serveşte înconjurată cu macaroane şi sosul separat în sosieră.

506. Rasol de creier

1 creier, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ţelină mică, 1 ceapă, 1/2 foaie de dafin, 7—8 boabe de piper, sare, 1 linguriţă de oţet, maioneză.

Se curăţă creierul de pieliţe şi se ţine în apă rece, pînă ce îi iese tot sîngele. Se fierbe zarzavatul, foaia de dafin, piper, şi cînd sînt fierte se adaugă creierul şi o lingură de oţet. Se fierbe şi se lasă în aceeaşi apă să se răcească, se taie felii groase de 1/2 cm, se aranjează pe farfurie îmbrăcat în maioneză (v. 68). Se garniseşte cu măsline, felii de lămîie şi, în timpul verii, cu roşii felii. Se mai poate servi şi cu sos simplu de ulei, zeamă de lămîie şi verdeaţă.

MÎNCĂRI CALDE DIN CARNE ŞI LEGUME

Reguli de observat

Pe cît este posibil trebuie evitate sosurile cu făină prăjită, ceea ce se poate realiza foarte bine la unele preparate, fără ca gustul mîncărilor să se schimbe. Aceste preparate pe lîngă că sînt mai digestibile, deci mai sănătoase, cer şi un timp mai scurt pentru pregătirea lor.

Mîncările cu sosul neprăjit se obţin astfel: mîncările cu spanac, fasole ţucără, dovlecei se pun la foc împreună cu carnea, dacă aceasta este tînără, cu făina, ceapa, roşiile şi grăsimea. Se umplu cu apă rece cît cuprinde şi se fierb pînă scade sosul bine. Mîncările astfel pregătite nu se deosebesc ca gust de cele cu făina şi ceapa prăjită. Dacă legumele sînt mai fragede, cum este conopida, se pun la fiert după ce carnea a fost înăbuşită înainte cu ceapa rasă, în modul următor: carnea tăiată

bucăți potrivite, ceapa tăiată cît mai fin sau rasă direct, se așază împreună în cratiță, se sărează, se acoperă și se lasă la foc moale să fiarbă în zeama lor, înăbușit. Dacă zeama a scăzut, se mai picură cîte puțină apă rece. Cînd carnea este aproape fiartă, se scoate într-o farfurie și în aceeași cratiță se așază alternînd, un rînd de roșii vara, apoi legumele, carnea, toate presărate cu făină și sarea necesară. Totdeauna se termină cu roșiile vara și cu bulionul iarna și se umple cu apă cît le cuprinde. Se poate pune făina la sfîrșitul fierberii, amestecată cu apă sau cu supă rece, sau cu smîntînă.

Cantitatea de ceapă întrebuințată la pregătirea mîncărilor poate varia. Ceapa mai multă face mîncarea mai gustoasă, cu condiția însă să fie cît mai fin tăiată și cît mai bine înăbușită și fiartă, pînă este aproape topită, astfel încît să nu se observe în mîncare.

Niciodată nu se ține ceapa mai mult timp tăiată sau rasă, deoarece se amărăște. Se rade direct peste mîncare sau se întrebuințează imediat ce a fost tăiată sau rasă.

Roșiile se pun în mîncare în modul următor: o parte din roșii se opăresc, se curăță de pieliță și semințe, se despică în 4—5 bucăți și apoi se pun în mîncare, iar restul se adaugă în mîncare în ultimul moment.

Piperul pisat trebuie scos din alimentație, deoarece nu se digeră și nici nu se elimină. O bună parte se depune pe pereții intestinali și pe pereții stomacului, iritînd mucoasele. La unele preparate ca varza, sarmalele, care capătă un gust deosebit cu boabe de piper, dar nu este plăcut ca acestea să rămînă în mîncare, se pun boabele într-un săculeț mic de pînză, care se așază pe fundul cratiței, pe primul strat de varză.

Oasele, rămășițele de carne, nu se aruncă, ci se fierb și se țin pe mașină în zeama lor, cu care se umplu mîncările, **cînd se dau la fiert.**

Mîncările scăzute și rumenite la cuptor sînt mult mai gustoase și mai digestibile.

Orice mîncări, mai ales cele preparate cu roșii, sînt foarte gustoase servite cu iaurt, sau cu smîntînă.

Dacă mîncarea gata preparată este prea grasă, se degresează. În orice gospodărie trebuie să existe un vas pentru resturile de grăsimi, care se mai pot întrebuința la alte mîncări.

Mîncările pregătite cu un amestec de grăsimi, sînt mai gustoase. Untul se adaugă numai cînd mîncarea este gata.

Orice carne de porc, berbec, vacă, pasăre, nu se prepară în ziua cînd s-a tăiat, ci se lasă 1—2 zile la rece să se frăgezească.

Pentru a da vitaminele necesare mîncărilor cu sos și pentru a le da un gust bun, se adaugă în ultimul moment roșii, ardei grași, frunză de țelină și verdeață, date toate prin mașina de carne. (Se va citi cu atenție cap. „Vitaminele").

Farfuriile de servit trebuie încălzite înainte de a se servi mîncările.

507. Conopidă cu carne

600 g carne (vacă, viței, pui), 1 conopidă mare, 1 lingură făină, 1 lingură grăsime, 3—4 cepe, 6—7 roșii sau 1 lingură bulion, 1 lingură unt sau 1 lingură smîntînă sau amîndouă, sare.

Dacă este tînără se înăbușă carnea cu ceapa, dacă este bătrînă se fierbe mai mult, se adaugă conopida desfăcută

în buchețele și se lasă să dea cîteva clocote. Se adaugă roșiile și o parte din verdeață, făina desfăcută în apă rece și se mai fierbe pînă ce scade bine. Se adaugă restul de verdeață, se servește simplă sau cu smîntînă.

508. Cartofi cu carne

600 g carne, 1—1½ kg cartofi, 1—1½ lingură grăsime, 3—4 cepe, 6—7 roșii sau 2 linguri de bulion, verdeață, sare.

Se prepară din pui, vițel, vacă, porc, berbec.

Carnea tînără se înăbușă cu ceapa, carnea mai bătrînă se fierbe, se picură apă rece sau zeamă de carne și cînd carnea este aproape fiartă se adaugă cartofii. După cîteva clocote, se adaugă roșiile sau bulionul, sarea și o parte din verdeață. Se lasă să scadă și se servește cu pătrunjel verde deasupra și zeamă de roșii.

509. Mazăre cu carne

600 g carne, 1 kg mazăre boabe, 1 lingură grăsime, ½ lingură făină, 3—4 cepe, 6—7 roșii sau 1 lingură bulion, verdeață, sare.

Se prepară din pui, vițel, vacă, la fel ca mîncarea de cartofi și mîncarea de conopidă, cu deosebirea că se adaugă puțin zahăr înainte de a se lua de pe foc și se servește cu mărar verde și pătrunjel verde tocat mărunt.

510. Țelină cu carne

Aceleași cantități ca la mîncarea de cartofi.

Se prepară cu pui, vițel sau vacă, la fel ca mîncarea de cartofi (v. 508).

511. Spanac cu carne

750 g carne, 1½ kg spanac, 2—3 cepe, 1 lămîie, 1 lingură untură, 1 lingură făină, 1 pahar zeamă de spanac.

Se poate prepara cu pasăre, miel, vițel și vacă.

Carnea tînără se taie în bucăți potrivite, se așază în cratiță, alternînd un rînd de spanac opărit, un rînd de carne, presărate cu ceapă tăiată fin sau rasă direct, făină și sare. Se termină cu un strat de spanac. Se pune grăsimea și zeama de spanac, apoi se acoperă și se dă la cuptor sau se fierbe pe mașină. După ce este mîncarea gata, se acrește cu zeamă de lămîie și se servește cu zeamă de lămîie. Cînd carnea este mai bătrînă, se fierbe mai întîi și apoi se așază așa cum arătat mai sus. Se poate servi spanacul și neacrit cu lămîie.

512. Mărar cu miel

Mîncarea de mărar verde se prepară la fel ca mîncarea cu spanac (v. 511).

513. Tarhon cu miel sau viţel

Se prepară la fel ca mîncarea de spanac (v. 511).

514. Ştevie cu carne

Se prepară la fel ca mîncarea cu spanac (v. 511).

515. Fasole ţucără cu carne

600 g carne, 1 kg fasole, 3—4 cepe, 1 lingură grăsime, 1 lingură făină, 6—7 roşii, sau 1 lingură bulion, pătrunjel verde.

Se poate prepara din pui, viţel sau vacă.

Se aşază carnea în cratiţă, dacă este tînără, alternînd un rînd de carne, un rînd de fasole, făină, ceapă, sare, grăsime, se umple cu apă rece cît să acopere conţinutul, şi se dă la fiert. După ce a fiert fasolea, se adaugă roşiile sau bulionul şi apoi se mai scade. Se serveşte cu smîntînă sau cu unt proaspăt, pătrunjel verde tocat şi zeamă de roşii. Cînd carnea este mai bătrînă, întîi se fierbe şi apoi se procedează aşa cum am arătat.

516. Dovlecei cu carne

600 g carne, 6 dovlecei mari sau 50—60 dovlecei mici în floare, 2 linguri grăsime, 3—4 cepe, 6—7 roşii sau bulion, sare, mărar, 1 lingură făină.

Se prepară cu pui, viţel, vacă.

Dovleceii curăţaţi şi tăiaţi bucăţi şi carnea tăiată de asemenea bucăţi, se aşază în cratiţă un rînd de carne, un rînd de dovlecei. Se presară făină, sare, ceapa şi verdeaţa printre rînduri. Se adaugă grăsimea şi se umple cu apă sau cu zeamă de carne. Se fierbe pe jumătate şi se adaugă roşiile curăţate de pieliţe şi de seminţe. Înainte de ultimul clocot se adaugă roşii, ardei şi verdeaţă dată prin maşina de carne. Se servesc totdeauna cu iaurt sau smîntînă. În cazul cînd carnea este bătrînă, mai întîi se fierbe.

517. Praz cu carne

Aceleaşi cantităţi ca la mîncarea de dovlecei cu carne, în loc de dovlecei se pune praz.

Se prepară la fel ca mîncarea de dovlecei cu carne. Prazul poate fi prăjit înainte de a-l aşeza în cratiţă la fiert.

518. Roșii cu carne

600 g carne, 15—20 roșii, 1 lingură grăsime, 1 lingură unt, 5—6 cepe, verdeață, smîntînă, 1 lingură zahăr.

Se prepară cu pui, vițel sau vacă.

Roșiile se opăresc, se curăță de pieliță și de semințe, se pun cu sare într-o cratiță în care s-a înăbușit ceapă rasă sau tăiată mărunt cu apă și cu grăsime. Se lasă să fiarbă, pînă ce se reduce la jumătate, se adaugă carnea ; dacă este bătrînă, mai întîi se fierbe. După ce a scăzut bine se adaugă zahărul și cîteva roșii întregi curățate de pieliță și se fierbe pînă ce sosul devine gros. Se adaugă făină amestecată cu apă și se lasă să mai fiarbă. La masă se servesc cu zeamă de roșii, cu unt sau cu smîntînă.

519. Vinete cu carne

600 g carne, 4 vinete mari, 6—7 roșii, 2 linguri grăsime, 1 lingură făină, 3—4 cepe, verdeață, puțin usturoi, sare, smîntînă sau iaurt.

Se poate prepara cu pui, vițel, porc sau vacă.

Se înăbușă carnea cu ceapă și se fierbe cam pe jumătate. Se scoate carnea pe o farfurie și se așază în aceeași cratiță un rînd de roșii curățate, verdeață, vinetele opărite separat (pentru a le scoate gustul amar) și tăiate bucăți în lungime, un rînd de carne, toate presărate cu făină și sare și se alternează carnea și vinetele pînă ce se umple cratița. Se termină cu un rînd de roșii. Deasupra se pune grăsimea și se dă la fiert, apoi la cuptor, pînă ce scade bine. Se servesc cu o lingură de unt, cu iaurt sau smîntînă, și zeamă de roșii și verdeață adăugate în ultimul moment.

520. Bame cu carne

600 g carne, 1 kg bame, 3—4 cepe, 7—8 roșii, 1 lingură făină, 1 bob sare lămîie, 1 lingură grăsime, sare.

Se pot pregăti cu vițel, pui sau cu vacă.

Bamele se curăță numai de codiță, fără să se taie din pulpă, ca să nu iasă sucul lipicios ce se găsește în bame. Se fierb în apă clocotită cu sare de lămîie. Se fierb numai pe jumătate. Carnea se taie în bucăți potrivite, se fierbe cu ceapă și făină. Se adaugă bamele scurse din apă, roșiile, verdeața, sare și se umplu cu zeama în care a fiert carnea. Se lasă să scadă. Se adaugă făină diluată, se mai lasă să fiarbă și se servește cu pătrunjel verde tocat pe deasupra și cu zeamă de roșii.

521. Ciuperci cu carne

600 g carne, 1 kg ciuperci, 6—7 roşii, 1 lingură făină, 1—2 linguri grăsime, 3—4 cepe, sare, verdeaţă.

Carnea tăiată bucăţi se înăbuşă cu ceapa (sau se fierbe dacă este bătrînă), făina şi ciupercile. Deoarece ciupercile lasă zeamă nu se mai adaugă decît puţină apă ; cînd carnea este pe jumătate fiartă, se adaugă roşiile tăiate în sferturi, verdeaţa şi se lasă să scadă. Se adaugă făina amestecată cu apă, se lasă să fiarbă bine. Se serveşte cu smîntînă. Înainte de ultimul clocot se adaugă roşii şi verdeaţă.

522. Stufat de miel

1 kg carne de miel, 30 fire de ceapă verde, 30 fire usturoi verde, 1 lingură făină, 2 linguri bulion, 2 linguri oţet, 2 linguri grăsime, verdeaţă, sare.

Se alege ceapa şi usturoiul tînăr, pentru ca să fie fraged. Se fac colăcei sau se taie în bucăţi, se fierb şi se adaugă peste carnea care a fost înăbuşită cu grăsime. Se umple cu zeama în care au fiert ceapa şi usturoiul şi se lasă să mai fiarbă. La sfîrşit se adaugă bulionul sau roşiile, făina desfăcută în apă rece şi se acreşte după gust cu oţet. Cine vrea pune şi un vîrf de cuţit de zahăr.

523. Arpagic cu carne

600 g carne, 1/2 kg arpagic, 2—3 căţei de usturoi, 2—3 linguri vin, sare, piper, 2 linguri grăsime, 1 lingură bulion, 1 lingură făină.

Se rumeneşte carnea în grăsime şi se adaugă 2—3 linguri de vin, puţin piper şi sare şi se fierbe înăbuşit, picurîndu-se apă fierbinte, cînd scade prea tare. Separat se rumeneşte arpagicul curăţat şi se amestecă cu carnea pe jumătate fiartă. Se adaugă usturoi şi, cine doreşte, foaie de dafin, bulion sau zeamă de roşii şi se lasă să scadă bine. Se adaugă făină amestecată cu apă sau cu supă rece şi se lasă să mai dea cîteva clocote.

524. Varză acră cu carne

3/4 kg carne de porc, 2 verze acrite, 2 linguri grăsime sau 200 g slănină afumată, 2 linguri bulion, boabe de piper.

Se aşază un rînd de varză tocată fin, piperul, un rînd de carne, bulionul, pînă ce se umple cratiţa. Se termină cu un rînd de varză. Se pune grăsimea pe deasupra şi se um-

ple cu apă sau cu zeamă de varză, după cum vrem să fie de acră. Se lasă la foc domol, pînă ce începe să fiarbă și apoi se dă la cuptor. Nu se fierbe prea repede. Este mult mai gustoasă preparată în vas de pămînt smălțuit. Cine dorește poate presăra ceapă măruntă printre rînduri. Cînd carnea este prea tare, se prăjește și se fierbe mai mult de jumătate, apoi se așază cu varză și se umple cu sucul ei.

525. Varză dulce cu carne

Aceleași cantități ca la varza acră cu carne.

Se prepară la fel ca varza acră cu carne cu următoarele deosebiri: varza dulce înainte de a se tăia în fire, se desface în foi care se opăresc, se rulează mai multe la un loc și se taie în fire subțiri. Se așază în cratiță un rînd de varză, un rînd de roșii, cîte un ardei verde crud și un rînd de carne. Se umple cu borș și cu zeamă de roșii și apoi se fierbe la fel ca și varza acră. Se servește cu smîntînă și cu zeamă de roșii.

526. Castraveți acri cu carne

600 g carne de vacă (piept gras), de porc, de berbec sau de rață, 6 castraveți mari acri, 2 linguri grăsime, 1 lingură făină, 4—5 cepe, verdeață, 7—8 roșii sau 2 linguri bulion.

Carnea se taie bucăți și se înăbușă cu puțină apă (sau se fierbe dacă este bătrînă), ceapă și grăsime. Se adaugă castraveții tăiați, bulionul sau roșiile. Se umple cu apă cît cuprinde și se lasă să fiarbă; cînd carnea este bine fiartă, se adaugă făina desfăcută în apă rece și verdeața. Se mai lasă să scadă bine și se servește cu pătrunjel verde tocat și zeamă de roșii.

În cazul cînd castraveții sînt prea sărați, se pun la desărat înainte de a se pregăti.

527. Ghiveci cu carne

3/4 kg carne, 3—4 linguri grăsime, legume asortate.

Se prepară din tot felul de legume, cu ceapă mai multă decît la celelalte mîncări. Se poate pregăti cu carne de vițel, de vacă, de purcel, de berbec, de pasăre sau cu pește. Zarzavatul tăiat și legumele alese se amestecă bine cu sare într-un vas. Se așază apoi toate într-un vas, de preferat să fie de pămînt, un rînd de roșii, un rînd de zarzavat și legume, altul de carne, pînă ce se umple vasul. Se termină cu un rînd de roșii. Se pune grăsimea și se dă la cuptor, la

foc potrivit. Ghiveciul bine reușit trebuie să se prezinte fără zeamă, frumos rumenit și cu toate zarzavaturile și legumele bine pătrunse. Este bine să se țină seama ca la ghiveci să nu predomine legumele dulci. Pentru a obține un ghiveci foarte gustos se adaugă momițe de vițel.

528. Tocană națională

600 g carne, 2 linguri grăsime, 10—15 cepe, 1 vîrf de cuțit făină, 3 cartofi, 2 linguri bulion sau 7—8 roșii, 2—3 ardei verzi sau roșii grași, sare, 1 lingură vin.

Se poate prepara din carne de purcel, de porc, de vițel, de berbec.

Carnea se taie în bucăți și se înăbușe încet cu ceapă tăiată felii cît mai subțiri și cu sare, acoperită și la foc domol. Se lasă mai mult, pînă ce se topește bine ceapa. Se adaugă făina, ardeii și bulionul, se mai lasă la înăbușit și se stinge cu vinul, se adaugă apă sau zeamă de carne, bulion sau roșii. Se lasă pe foc și se adaugă cartofii tăiați bucăți. Se mai fierbe și cu cartofii, pînă ce sosul a scăzut de tot. Se servește cu mămăliguță. Se poate prepara și fără cartofi.

529. Tocană de ficat

750 g ficat, 10—15 cepe, 2 linguri bulion sau 6—7 roșii, 2 linguri grăsime, 1 pahar vin, sare, verdeață, piper.

Se înăbușă ceapa tăiată felii subțiri, se adaugă bulionul sau roșiile și se mai fierbe. Se adaugă ficatul tăiat bucățele și se continuă înăbușirea împreună cu ficatul. Se stinge cu vin, dacă este nevoie se mai adaugă apă sau zeamă de carne și se lasă să scadă bine. Sarea se adaugă la urmă, ca să nu se întărească ficatul. Ceapa se înăbușe mai din vreme, iar ficatul se adaugă numai aproape de masă, ca să nu se întărească. Se poate servi simplă sau cu garnitură de orez, macaroane, cu piure de cartofi, așezat în vas rotund în formă de coroană, iar tocana la mijloc.

530. Tocană de rinichi

Aceleași cantități ca la tocana de ficat.

Rinichiul, curățat de pieliță și de grăsime, se oparește în apă clocotită, ca să-i dispară mirosul, apoi se taie felii și se prepară la fel ca tocana de ficat. Se servește la fel.

531. Tocană de inimă

Se prepară la fel ca tocana de ficat (v. 529).

532. Papricaș

1 kg carne, 10 cepe, 2 linguri grăsime, 2 linguri boia de ardei dulce, sare, 2 ardei grași.

Se prepară din carne de pui, de viței, de purcel, de berbec.

Ceapa tăiată mărunt se înăbușe cu grăsime, cu boia și cu carnea tăiată bucăți. Se pun și ardeii întregi. Se adaugă cîte puțină apă, pe măsură ce scade. Este gata cînd carnea a fiert bine și sosul a scăzut. Se servește cu găluști. Carnea de berbec fiind mai tare, mai întîi se prăjește și se fierbe.

533. Găluște pentru papricaș

3/4 pahar apă, 1 pahar făină, 2 ouă, 100 g grăsime, sare.

Se clocotește apa cu sare și grăsime. Se toarnă făina toată odată, amestecînd mereu. Se ia de pe foc, se mai amestecă puțin și cînd este încă puțin caldă, se adaugă ouăle întregi. Se amestecă bine. Se iau cu lingurița găluște, se pun în apă clocotită și se fierb. Sînt gata în momentul cînd ies la suprafață. Se adaugă în papricașul clocotit. Găluștele se mai prepară astfel: se freacă două linguri făină, un ou, două linguri unt, sare și se procedează ca mai sus.

534. Gulaș

Aceleași cantități ca la papricaș, în plus 5—6 roșii sau 2 linguri bulion de roșii.

Se prepară la fel ca papricașul, cu deosebirea că se adaugă roșii sau bulion. Se servește cu găluște. Găluștele se pot prepara ca găluștele pentru papricaș.

535. Ciulama de pasăre

1 pui mare, 3 cepe, 3 linguri unt, 3 linguri făină, sare.

Se prepară din pui, găină etc.

Se taie pasărea bucăți, se pune la fiert cu apă rece, cît să o acopere și sare. Se ia spuma și se adaugă ceapa întreagă: cînd carnea este bine fiartă, se prepară sosul alb. În untul topit se adaugă făina, se amestecă bine fără să se rumenească. Se stinge apoi cu zeama în care a fiert puiul, strecurată și limpezită. Se lasă să mai dea cîteva clocote, se potrivește de sare, se adaugă bucățile de carne. Se

servește imediat cu bucățele de unt pe deasupra și cu mămăliguță caldă. Dacă nu se poate servi imediat, se păstrează în baia de apă.

536. Ciulama de vițel

Se prepară la fel ca ciulamaua de pasăre (v. 535).

537. Ciulama de rinichi

Se prepară la fel ca ciulamaua de pasăre (v. 535).

538. Anghemaht

600 g carne, 2 linguri grăsime, 2 linguri făină, 1—2 lămîi, sare.

Se prepară din carne de vițel, de miel sau de pui.

Carnea tăiată bucăți se înăbușe în grăsime cu sare. Se adaugă apă cît cuprinde și se lasă să fiarbă; cînd carnea este bine fiartă, se prepară sosul alb ca la ciulama, cu deosebire că se lasă mai subțire și făina se rumenește puțin. Se stinge cu zeama în care a fiert carnea, strecurată și limpezită. Se adaugă zeamă de lămîie, se potrivește de acru și sare și se servește cu felii de lămîie curățate de coajă.

539. Ostropel de pui

1 pui mare, 1 căpățînă de usturoi, 1 lingură făină, 1 ceapă, 1 lingură grăsime.

Bucățile de carne înăbușite în grăsime se pun în sosul ostropel (v. 93).

— Se lasă să fiarbă pînă ce carnea este bine pătrunsă și sosul scăzut.

540. Ostropel de vițel, de miel sau de vacă

Se prepară la fel cu ostropelul de pui (v. 539).

541. Pui cu smîntînă

1 pui mare, $^1/_2$ kg smîntînă, 1 pahar vin, 1 linguriță făină, sare, 1 lingură unt.

Puiul tăiat bucăți se așază într-o cratiță cu unt și sare. Se fierbe în abur, în cratiță acoperită. Cînd este fiert pe jumătate, se adaugă un pahar mare de smîntînă bătută cu o linguriță de făină și un pahar de vin alb de bună calitate. După ce a fiert pe deplin, se adaugă restul de smîntînă și se servește imediat.

542. Vițel cu sos alb și legume

1 kg carne, cantități egale de diferite legume, 200 g unt, 1 lingură făină, zeamă de lămîie, sare și piper.

Se pregătesc legumele: fasolea grasă se taie bucățele, conopida se desface buchețele, varza dulce se taie felii subțiri, țelina, morcovii, cartofii se taie rondele sau bucățele, ciupercile se taie feliuțe subțiri. Se fierb toate, punîndu-le mai întîi pe cele care fierb mai greu, la urmă se pun cartofii, care fierb cel mai ușor. Separat se pun bucățelele de carne să se înăbușe în unt cu ceapă tăiată mărunt. Se fierb în apă puțină, turnînd cîte puțin. După ce au fiert și carnea și legumele, se răstoarnă toate la un loc în același vas și se mai lasă să stea în această zeamă, fără să se răcească complet. Se prepară un sos alb cu zeama de la legume și de la carne, amestecate, iar în cazul că nu este suficientă, se mai adaugă lapte. Sosul bine fiert se toarnă peste legume și carne și se mai adaugă puțină zeamă de lămîie. Se servește fie în farfurie rotundă și atunci se așază legumele la mijloc și carnea pe margini, fie în farfurie lungă și atunci carnea se așază pe o parte, iar legumele pe cealaltă parte a farfuriei. Se poate servi cu smîntînă pe deasupra.

543. Fasole uscată cu afumături

1/2 kg fasole, 7—8 bucăți afumături, 2—3 cepe, 1—2 linguri grăsime.

Se alege fasolea, se spală și se pune în apă rece din ajun. Tot din ajun se spală și afumăturile și se pun la desărat. În ziua următoare se pune la fiert împreună fasolea, ceapa tăiată mărunt și afumăturile tăiate bucăți. În cazul cînd carnea este tare, bătrînă, se pune mai întîi să fiarbă odată cu ceapa și apoi se adaugă fasolea. Se fierb la foc domol, cine dorește adaugă și o foaie de dafin. Această mîncare nu se scade prea mult. Se servește cu murături sau cu salate de sezon.

544. Costiță cu fasole uscată

Aceleași cantități ca la fasolea cu afumături, în plus bulion sau zeamă de roșii.

Se prepară la fel ca fasolea cu afumături, cu deosebire că la sfîrșit se adaugă puțin bulion sau zeamă de roșii. Se mai poate prepara prăjind costiță tăiată felii, care se servește pe lîngă fasole.

545. Fasole uscată cu cîrnați

Aceleași cantități ca la fasolea uscată cu afumătură (v. 543).

Se prepară la fel ca fasolea cu costiță afumată.

546. Pilaf de pasăre

1 pui mare, 6 ceșcuțe orez, 2 linguri unt proaspăt, 1 ceapă.

Se fierbe carnea în apă rece cu o ceapă. Se înăbușe orezul în unt și se strecoară zeama de carne pe deasupra, turnîndu-se puțin cîte puțin. La o măsură de orez se socotesc 3 măsuri de lichid. Se fierbe la foc domol 1/2 oră și cînd orezul este aproape fiert, se adaugă bucățile de carne. Se dă la cuptor înainte de a se servi. Dacă se adaugă puțin piper, este și mai bun. Cantitatea de lichid este în funcție de calitatea orezului. La un orez de calitate superioară sînt suficiente două măsuri de apă.

547. Pilaf de miel

1 kg miel, 4 ceșcuțe orez, 1 lingură grăsime, sare, piper.

Se poate prepara fie în cratiță, fie la tavă. În cratiță se prepară la fel ca pilaful de pasăre (v. 546). La tavă se prepară astfel: se frige mai întîi carnea în tavă la cuptor și cînd este aproape gata se toarnă deasupra orezul și apa clocotită și se lasă la cuptor să fiarbă și să scadă.

548. Pilaf de vițel

1 kg carne, 4 ceșcuțe orez, 2 linguri unt, 1 ceapă, sare, piper.

Se prepară la fel ca pilaful de pasăre (v. 546).

549. Pilaf de rinichi, de ficat și de inimă

1 kg rinichi, ficat sau inimă, 4 linguri orez, 1 ceapă, 2 linguri unt, sare, piper.

Se prepară la fel ca pilaful de pasăre (v. 546).

MÎNCĂRI DULCI CU CARNE

Mîncările dulci se prepară cu carne de pasăre, de vițel, de porc sau cu cap de piept de vacă. Pentru ca să aibă un gust mai bun, carnea trebuie să fie grasă.

550. Caise cu carne de pasăre

600 g carne, 1/2 kg caise uscate, 3 linguri zahăr, 1/4 lingură făină, 2 linguri unt.

Pasărea tăiată bucăți se înăbușă și se lasă apoi să fiarbă cu apă sau cu zeamă de carne. După ce carnea este fiartă, se adaugă sosul dulce preparat astfel: se rumenește bine zahărul pus în grăsimea încinsă, se stinge cu apă sau cu zeamă de carne fierbinte. Se toarnă făina subțiată cu apă peste carne și după ce a fiert mai multe clocote se adaugă caisele spălate și ținute puțin în apă caldă. Se lasă să fiarbă pînă ce scade.

Observație: nu se fierbe de la început sosul dulce cu carnea, fiindcă aceasta va căpăta o culoare închisă.

Se poate prepara și fără făină, numai cu sos caramel preparat din zahăr.

551. Gutui cu carne

600 g carne, 4—5 gutui mai mari, 4 linguri zahăr, 1/2 lingură făină, 2 linguri unt.

Se prepară cu carne de vițel, de pasăre, de porc sau cap de piept de vacă. Gutuile nealtoite sînt mai parfumate. Se fierbe carnea. Se taie gutuile în bucăți potrivite, se scoate mijlocul tare și semințele. Pe măsură ce se taie se pun gutuile la rumenit în grăsime; dacă se țin mai mult se înnegresc. După ce a fiert carnea, se adaugă gutuile, apoi sosul de zahăr ars preparat ca la mîncarea de caise cu pasăre. Se fierbe, adăugîndu-se zahăr dacă mai este nevoie. La sfîrșit se adaugă făina subțiată cu apă și se mai lasă să fiarbă puțin.

552. Morcovi cu carne

600 g carne, 3—4 morcovi, 1 lingură făină, sare, 1 lingură grăsime.

Se așază un rînd de morcovi dați prin răzătoarea mare, un rînd de carne, presărate cu făină și cu sare. Se umple cu apă rece cît cuprinde și se pun la fiert. Sosul preparat ca la mîncarea cu gutui se adaugă după ce a fiert carnea. După gust se mai adaugă zahăr.

553. Țelină cu carne

Aceleași cantități ca la gutui cu carne.

Se prepară la fel ca gutuile cu carne (v. 551).

Mîncarea de țelină se prepară și fără zahăr; cine o do-

reşte dulce o poate prepara ca mîncarea de morcovi cu carne.

554. Prune, stafide, coconari cu carne

Aceleaşi cantităţi ca la mîncarea de caise cu pasăre.

Se prepară la fel ca mîncarea de caise cu pasăre (v. 550).

MÎNCĂRI RECI DIN CARNE

555. Piftie

2 picioare de porc, 1/2 căpăţînă, 1/2 kg carne macră — fără grăsime.

Piftia se poate prepara din pasăre — curcan, gîscă, cocoş — din picioare, cap, şorici de porc, din picioare de vacă şi din cap de viţel.

Se taie carnea bucăţi şi se pune la foc cu apă rece şi sare. Apa trebuie să fie în atîta cantitate, cît să completeze jumătate din vasul rămas gol, după ce s-a pus carnea. Se ia imediat spuma ce apare la suprafaţă, pentru ca piftia să fie cît mai limpede. După ce s-a luat toată spuma, se pun 1—2 cepe. Piftia trebuie să fiarbă numai la foc potrivit. Piftia este gata după ce a fiert carnea, iar lichidul a scăzut aproape la nivelul cărnii. Se ia vasul de pe maşină, se mai lasă 1/2 oră să se răcorească, apoi se scoate carnea, se curăţă de oase, se aşază pe farfurii. Zeama se strecoară, se adună grăsimea de pe deasupra, se adaugă usturoiul pisat şi strecurat, se lasă să se limpezească, apoi se toarnă peste carnea aşezată în farfurii. Se lasă să se închege.

Piftia se încearcă dacă este suficient de legată astfel:

a) se pune o linguriţă de lichid într-o farfurioară şi se lasă să se răcească;

b) se mai încearcă luînd o picătură de lichid între degete, care se lipesc atunci cînd este suficient de legată.

556. Raţă cu măsline

1 raţă, 300 g măsline, 1 pahar ulei, 1 pahar vin alb, 1 lămîie, 500 g arpagic, cîte o jumătate de morcov, păstîrnac şi pătrunjel, 7—8 cepe, 1 lingură bulion, 1 linguriţă făină, sare, piper, o jumătate de foaie de dafin.

Se taie carnea bucăţi potrivit de mari. Se prăjesc în ulei înfierbîntat. În acelaşi ulei, după ce s-a scos carnea, se înă-

buşe ceapa tăiată mărunt, apoi zarzavatul ras, făina şi bulionul. Se stinge cu zeamă de oase sau cu apă şi se lasă să fiarbă. Se strecoară sosul şi se fierbe împreună cu carnea, vinul, sare, piper şi foaie de dafin. După ce carnea este aproape fiartă, se adaugă măslinele, desărate mai din vreme în apă caldă şi arpagicul rumenit în ulei. Se serveşte rece cu felii de lămîie. Se poate prepara fără zarzavat şi fără arpagic şi în cazul acesta se măreşte cantitatea de ceapă la 10—12 bucăţi.

557. Gîscă, curcan şi găină cu măsline

Se prepară la fel ca raţa cu măsline.

558. Limbă cu măsline

1 limbă mai mare, 300 g măsline, 7—8 cepe, 1 pahar ulei, 1 pahar vin, 4—5 roşii sau 2 linguri bulion, 1 lingură făină, 1 lămîie, piper, sare, 1 foaie dafin.

Limba se ţine în apă rece 1—2 ore înainte de a se începe prepararea, pentru a-i scoate tot sîngele ; se pune apoi la fiert în apă fierbinte cu sare. În timpul fiertului se încearcă şi cînd pieliţa se ia uşor, se curăţă cu vîrful unui cuţit, începînd din vîrf. Se pune din nou la fiert, spumuindu-se cînd este nevoie. În timpul acesta se prepară sosul, procedînd ca la raţa cu măsline (v. 556) şi cînd limba e fiartă se scoate, se taie felii şi se aşază în sos odată cu măslinele. Se mai ţine cîteva minute pe maşină, se lasă apoi să se răcească şi se aşază pe farfuria de servit cu felii de lămîie.

PREPARATE DIN MĂRUNTAIE

559. Budincă de creier

1 creier mare, 150 g unt, 100 g caşcaval, 1 pahar lapte, 2 linguri de făină, sare, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ţelină, 1—2 cepe, sare, piper, foi de dafin, 1 lingură oţet.

Se ţine creierul un sfert de oră în apă rece, se curăţă de pieliţe, se pune la fiert în apă clocotită în care au fiert 1 morcov, 1 pătrunjel, o ţelină, o ceapă, sare, piper, foi de dafin. Înainte de a se pune creierul, se adaugă în această zeamă de zarzavaturi o lingură de oţet şi apoi se pune creierul. Se fierbe un sfert de oră şi se lasă să se răcească ; o jumătate din creier se sfărîmă cu furculiţa, iar părţile mai frumoase, mijlocul, se taie bucăţele. Se face un sos alb din 50 g unt şi 2 linguri de făină, fără să se rumenească şi se

stinge cu lapte. Untul se freacă spumă, se amestecă cu gălbenușurile, sosul alb, creierul sfărîmat, caşcavalul bucățele, creierul bucățele și la urmă de tot albușurile spumă. Se potrivește de sare. Se coace la foc potrivit, în forma unsă și presărată cu pesmet.

560. Salată de creier I

1 creier mare sau 2 mici, ulei, oțet sau zeamă de lămîie, 20—25 măsline.

Creierul fiert (v. 559) se taie felii, se așază pe farfurie și se toarnă pe deasupra ulei și oțet sau zeamă de lămîie. Se garnisește cu măsline și salată verde. Se mai poate servi și cu sos de muștar.

561. Creier în pesmet (pane)

2 creieri, 2 ouă, făină, pesmet, sare.

Creierul opărit se taie felii, se dă prin făină, apoi prin ou bătut și prin pesmet și se prăjește în tigaie.

562. Creier în coca

1 creier, 1 gălbenuș, 2 linguri făină, 1 lingură ulei, lapte, sare.

Se freacă gălbenușul cu făina și uleiul, se adaugă laptele, sarea, pînă ce se obține o cocă de clătite. Se adaugă apoi albușul spumă. Se tăvălesc bucățile de creier opărit în această cocă și se prăjesc în ulei bine încins și în mare cantitate, Se servesc cu piure de cartofi și salată, sau cu diferite sosuri.

563. Sufleu de creier

1 creier mare, 1/2 pahar lapte, 3 linguri unt, 3 ouă, sare, 2 linguri făină.

Se ține creierul în apă rece ca să-i iasă tot sîngele. Se scot apoi toate firișoarele și se fierbe în apă clocotită cu sare și o linguriță oțet. Se scoate și se lasă să se răcorească. Se prepară amestecul de făină ca la sufleul de brînză de vacă (v. 419) ; cînd este călduț se adaugă gălbenușurile, creierul sfărîmat și se procedează la fel ca la sufleul de brînză de vacă.

564. Salată de creier II

1 creier, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 țelină mică, 1/2 foaie de dafin, piper, o linguriță oțet, sare, 3—4 linguri ulei.

Se curăță creierul de pieliță, se ține în apă rece pînă ce îi iese tot sîngele, apoi se fierbe în apă clocotită cu sare în

care au fiert mai întîi zarzavaturile, foaia de dafin și piperul. În momentul cînd se adaugă creierul, se pune și oțetul.

După ce creierul s-a răcit, se sfărîmă cu furculița și se freacă cu ceapa tocată mărunt și cu uleiul, la fel ca și icrele. Se adaugă zeama de lămîie și se garnisește cu măsline și felii de lămîie.

565. Limbă rasol

V. 504 Rasol de limbă.

566. Limbă cu smîntînă

1 limbă, 2 linguri unt, 1 lingură făină, 1 pahar smîntînă.

Limba se fierbe și se curăță (v. 504). Se taie felii, se așază în cratița cu puțin unt, se prăjește puțin și se toarnă pe deasupra un pahar de smîntînă amestecată cu o lingură de făină. Se mai fierbe încă 10 minute.

567. Limbă cu sos alb

1 limbă, 3 linguri unt, 1 lingură făină, sare.

Se prepară la fel ca limba cu smîntînă, cu deosebire că se toarnă deasupra un sos alb (v. 75).

568. Limbă cu sos de roșii

1 limbă, 2—3 cepe, 3 linguri unt, ½ kg. roșii, 2—3 linguri vin, sare, piper.

Se prepară ca limba cu smîntînă, cu deosebirea că se toarnă deasupra un sos de roșii strecurat (v. 92), puțin vin și cine dorește 2—3 bucățele de zahăr.

569. Limbă în pesmet (pane)

1 limbă, 1 ou, făină, pesmet, sare.

Limba fiartă și curățată se taie în bucăți, se tăvălește fiecare bucată în făină, apoi în ou bătut și în pesmet. Se prăjește la foc potrivit.

570. Ficat la cuptor

1 kg ficat, 2 linguri grăsime, 2—3 cepe, usturoi, sare, piper, cimbru, pătrunjel verde, 1 pahar vin, 1 pahar zeamă de oase.

Se curăță ficatul de vine și pieliță, se presară cu piper. Se pun în cratiță cîteva cepe tăiate fin, usturoi și cimbru, pătrunjel, sare și grăsime. Se așază ficatul peste un grătar

de lemn, astfel ca să nu atingă sosul din cratiță. Se toarnă un pahar de vin și unul de zeamă de oase, se acoperă cratița și se dă la cuptor, stropind din cînd în cînd.

Se așază pe farfuria de servit (fierbinte), se scurge grăsimea, se strecoară sosul peste ficat sau se servește separat în sosieră.

571. Sote de ficat

750—800 g ficat, 5 cepe, 1 lingură grăsime, 1 pahărel vin.

Se prepară la fel ca soteul de rinichi, cu deosebirea că ficatul se adaugă în ceapă numai cu puțin înainte de a servi la masă soteul.

572. Ficat prăjit

1 kg ficat, 1 lingură unt, 2—3 linguri ulei sau unt topit, sare.

Se unge tigaia cu puțin ulei și se încinge. Se așază bucățile de ficat tăiate nu prea gros, tăvălite în făină și bătute între palme. Se prăjesc pe o parte și pe alta, fără să se ardă. Se sărează numai cînd sînt aproape gata și se servesc cu unt proaspăt pe deasupra. Se pot prăji în unt topit și netăvălite în făină.

573. Ficat la grătar

1 kg ficat, 1 lingură unt, pătrunjel verde, sare.

Se așază ficatul tăiat bucăți nu prea groase, nesărat, pe grătarul bine încins. Se frige pe toate părțile la foc potrivit și se dă sare numai cînd este gata, pentru a nu se păta cu băşicuțele produse de sarea care absoarbe apa din ficat. Ficatul trebuie servit aproape în sînge; niciodată nu trebuie trecut din fript, spre a nu-și pierde gustul și substanțele nutritive. Se servește fierbinte, cu unt și pătrunjel tocat fin pe deasupra, cu garnitură de piure de cartofi, soteuri etc.

574. Frigărui de ficat, rinichi și carne

Se taie bucăți mici, aproape cubice, din ficat, rinichi, carne de porc, mușchi de vacă și se intercalează cu bucăți de slănină. Se înfig în bețișoare de lemn, sau de metal speciale și se frig pe grătar bine încins, întorcîndu-se pe toate părțile. Se presară cu cimbru și sare. Se servesc imediat cu piureuri, soteuri, etc.

575. Pateu de ficat

Resturile de ficat prăjit sau fript se trec prin sită şi se amestecă cu unt frecat spumă. Se serveşte ca aperitiv, simplu sau aşezat pe ouă.

576. Ficat prăjit cu sos de ciuperci

1 kg ficat, ½ kg ciuperci, 2—3 cepe, 2 linguri unt, 1 pahar vin, pătrunjel verde, 1—2 roşii, sare, piper.

Se înăbuşă în unt ceapă tăiată fin, se adaugă ciupercile tăiate, se înăbuşă şi ele, se adaugă apoi vinul, piper, sare, puţin bulion de carne, 1—2 roşii sau bulion de roşii şi se lasă să scadă. La apropierea mesei, se prăjeşte ficatul tăvălit în făină, fiecare bucată. Se aşază pe farfuria de servit, iar pe deasupra se toarnă sosul cu pătrunjel fin tocat.

577. Frigărui de ficat

1 kg ficat, sare, piper.

Se prepară la fel ca şi celelalte frigărui (v. 193).

578. Rinichi prăjiţi

1 kg rinichi, 1 lingură grăsime, sare, piper.

Rinichii se opăresc înainte de a fi preparaţi, pentru a le îndepărta mirosul specific. Se spintecă, li se scoate grăsimea, se taie în felii. Se prăjesc în grăsime încinsă. Li se dă sare cînd sînt gata şi se servesc fierbinţi. Nu trebuie să se frigă prea mult căci se usucă şi se întăresc.

579. Rinichi prăjiţi cu sos de muştar

1 kg rinichi, 2 linguri grăsime, 1 pahar vin, 1 lingură muştar, zeamă de lămîie, sare, piper.

Rinichii se prăjesc aşa cum am arătat mai sus şi se toarnă pe deasupra un sos de muştar preparat astfel: în tigaia în care s-a fript rinichiul se toarnă un pahar de vin alb, se dă cîteva clocote şi se dă la o parte; apoi se adaugă unt, 1 lingură muştar, piper, sare şi zeamă de lămîie. Rinichiul se serveşte fierbinte

580. Rinichi la grătar

1 kg rinichi, sare, piper.

Rinichiul curăţat şi preparat (v. 578) se taie bucăţi potrivite şi se frige la grătar conform instrucţiunilor.

581. Frigărui de rinichi

1 kg rinichi, sare, piper.

Rinichiul, opărit şi curăţat, se taie în bucăţi potrivite, se înfig bucăţile în frigărui, se presară cu piper şi se frig ca şi celelalte frigărui de carne. Se dă sare şi se servesc fierbinţi cu unt şi cu pătrunjel tocat pe deasupra. Frigăruile se pot prepara şi amestecate din rinichi şi ficat sau asortate şi cu alte feluri de carne.

582. Sote de rinichi

750—800 g rinichi, 5 cepe, 1 lingură plină cu grăsime, 1 păhărel vin.

Se curăţă rinichiul de pieliţă şi de grăsime, se opăreşte în apă clocotită pentru ca să-şi mai piardă mirosul şi se taie felii. Ceapa tăiată felii subţiri se înăbuşă în grăsime, picurîndu-se cîte puţină apă ; cînd ceapa este bine pătrunsă, înăbuşită, nu prăjită, se adaugă şi feliile de rinichi. Se continuă înăbuşirea. Se stinge cu un amestec de vin şi apă sau cu zeamă de oase. Se lasă să scadă bine, se adaugă sare şi piper şi se serveşte cu garnitură de orez, cartofi fierţi sau macaroane.

583. Sote de inimă

0,800—1 kg inimă, 4—5 cepe, 1 lingură grăsime, 1 păhărel vin.

Se prepară la fel cu soteul de rinichi (v. 582).

584. Uger

Ugerul se prepară la fel ca orice carne : pane, cu roşii, cu fasole grasă, bame etc., după ce mai întîi a fost bine fiert. Ugerul fierbe mult. Din ugerul fiert se poate face şi tocătură.

585. Uger pane

1 kg uger, 1—2 ouă, făină, pesmet, 2 linguri grăsime, sare.

Ugerul fiert se taie felii, se trec prin făină, ou şi pesmet şi se prăjesc.

586. Ciorbă de burtă de vacă

1 kg burtă, zarzavat de supă, sare, oţet, 1 ou, pătrunjel verde.

Se alege partea cea mai groasă a burţii — muche de burtă — se spală în multe ape, se opăreşte cu apă clocotită

cu oțet și apoi se pune la fiert cu zarzavat. Se taie bucățele mici și se pune în zeama în care a fiert, cu o ceșcuță de orez. Se fierbe pînă se moaie orezul și se servește cu ou bătut și cu pătrunjel tocat fin. Cine dorește o poate acri cu oțet. Burta fierbe foarte greu.

Din burtă fiartă cu zarzavat se poate prepara șnițel sau ciorbă.

587. Tuslama

5—6 picioare de vițel, 1—2 picioare de vacă, usturoi, sare, 1—2 gălbenușuri, zeamă de lămîie după gust.

Tuslamaua se prepară fie din burtă de vacă fiartă cu picioare de vițel, fie numai din picioare de vacă și vițel, în două feluri :

1. Picioarele se curăță de păr, burta se freacă cu sare pînă ce se albește Se pun la fiert cu apă rece și se fierb încet și mult la foc slab pînă scade și carnea se dezlipește ușor de pe os. Se desface carnea, se așază în farfurie, se toarnă deasupra zeama în care a fiert și se servește cu mujdei de usturoi servit separat.

2. Se fierbe burta cu două picioare de vițel ca mai sus. Se așază în farfurie carnea și se toarnă deasupra sau se servește separat un sos preparat astfel : se încinge o lingură de grăsime, se adaugă o lingură de făină, se stinge cu zeama în care a fiert carnea. După cîteva clocote se drege acest sos cu 1—2 gălbenușuri și zeamă de lămîie.

TOCĂTURI

Reguli de observat

Tocăturile greșit preparate sînt indigeste. Bine preparate pot fi întrebuințate în alimentație fără grijă.

În carne există o substanță analogă albușului de ou, numită albumină, care în prezența unei călduri mari se încheagă. De exemplu o bucată de carne, o perișoară scufundată în apă clocotită, o chiftea prăjită în grăsime bine încinsă, prind la suprafață o pojghiță de culoare albă, uniformă, iar înăuntru carnea rămîne neatinsă nici de căldura mare, nici de grăsime. Aceasta înseamnă că albumina, închegîndu-se la suprafață, nu permite sucurilor dinăuntru să iasă afară și nici grăsimii fierbinți de afară să pătrundă înăuntru. Prin urmare tocătura se coace înăbușit, numai în aburul sucului. De aceea la tocături trebuie să se adauge apă sau lapte spre a ajuta să se formeze cît mai mult abur.

Dacă chifteaua se prăjește în untura neîncinsă bine, nu se mai formează stratul izolator între aliment și grăsime, iar grăsimea pătrunde

în fiecare fărîmitură de carne, care se învelește cu stratul de albumină închegată. Aceasta face ca preparatul să fie cît se poate de greu de digerat, fiindcă este îmbibat cu grăsime. În al doilea rînd fiecare părticică de carne fiind învelită cu stratul de albumină închegată este foarte greu atacată de sucurile gastrice.

Regulă generală

Atît tocăturile, cît și orice alt aliment preparat prin prăjire, trebuie pus în grăsime foarte bine încinsă. Pentru a face cît mai pufoasă tocătura, se adaugă smîntînă sau lapte, odată cu sarea și verdeața etc.

La tocăturile prăjite : chiftele, pîrjoale, cîrnați etc. se amestecă totdeauna carnea cu o lingură de apă sau lapte, verdeață, sare etc. înainte de a le pune la prăjit. Tocăturile se prepară imediat, nu se păstrează de azi pe mîine.

Observație : La tocături se poate pune ceapa și crudă, tăiată cît mai fin, dar sînt mult mai gustoase cu ceapa înăbușită în grăsime.

588. Cartofi umpluți

500 g carne, 12 cartofi mari, 6 cepe, 1 ceșcuță orez, 4 legături verdeață, 2 linguri grăsime, 1 felie pîine, sare, 1 lingură smîntînă, sos de roșii.

Se înăbușă ceapa bine, se adaugă orezul, apă fierbinte și grăsime. Se fierbe orezul pe jumătate. Se adaugă apoi carnea tocată, miezul de franzelă muiat în apă și puțin stors, smîntîna și verdeața tocată. Se amestecă toate la un loc și se umplu cartofii. Se așază cartofii într-o tavă, se toarnă deasupra sos de bulion sau de roșii (v. 92) cu puțină smîntînă și se dau la cuptor să se rumenească.

589. Sarmale de varză acră

750 g carne, 1—2 verze acre, 1 ceșcuță orez, piper boabe, 4 cepe, smîntînă, miez de franzelă, slănină afumată.

Sarmalele cele mai bune se fac numai din carne de porc. Se poate amesteca și carne de vacă.

Carnea tocată se amestecă cu ceapă înăbușită, orezul, miez de franzelă muiat în apă sau smîntînă și se fac sarmalele. Se așază în cratiță un rînd de varză, un rînd de sărmăluțe ; printre rînduri se așază carne, bucăți de slănină afumată și bulion sau roșii. Se termină cu un rînd de varză. Se umple cratița cu zeamă de varză sau apă, după gust, se pune grăsimea și se fierb foarte încet la început, apoi la un foc potrivit, iar în cele din urmă se rumenesc foarte bine la cuptor. Ca să fie și mai gustoase, sarmalele se prepară din ajun și se mai fierb încă odată în ziua cînd urmează să fie

servite la masă. Se servesc fierbinți, cu un ardei verde sau uscat și cu mămăliguță.

Observație: Slănina afumată dă un gust deosebit sarmalelor. Piperul se pune într-un săculeț de pînză la fundul cratiței, peste primul strat de varză. Sarmalele se prepară cu multă grăsime și ca să fie gustoase, trebuie neapărat să se rumenească la cuptor. Dacă varza este prea acră, se mai ține în apă rece, înainte de a se prepara.

590. Sarmale de varză dulce

Aceleași cantități ca la sarmale de varză acră.

Se aleg foi de varză cît mai subțiri și se opăresc în apă clocotită cu sare. Se prepară apoi la fel ca sarmalele din varză acră cu deosebirea că se pun cît mai multe roșii în loc de bulion; se umplu cu borș și cu zeamă de roșii. Pentru a fi și mai gustoase, li se adaugă puțină smîntînă, iar la masă se servesc cu smîntînă pe deasupra.

591. Sarmale de foi de viță, ștevie sau spanac

500 g carne de vițel sau miel, 3 cepe, 1 ceșcuță orez, 1 felie franzelă, sare, verdeață, 1 pahar smîntînă, foi de viță, ștevie sau spanac.

Foile de spanac sau de ștevie se opăresc în apă clocotită cu sare. Carnea tocată se amestecă cu ceapa tăiată fin și înăbușită cu orezul, pîinea muiată în lapte, sare, verdeață și se fac sărmăluțele cît mai mici. Se așază în cratiță rînduri, se umple cu zeama în care s-au opărit foile. Se lasă să fiarbă la foc potrivit. Cînd sînt aproape fierte se toarnă deasupra borșul și cînd sînt bine fierte se toarnă pe deasupra trei sferturi din paharul cu smîntînă amestecată cu o linguriță de făină. Se dau la cuptor să se rumenească foarte bine și se servesc cu restul de smîntînă.

Observație: borșul se toarnă după ce sărmăluțele sînt fierte mai întîi cu apă, ca să nu se întărească frunza.

592. Chiftele marinate

500 g carne, 2 ouă, 6 cepe, o felie franzelă, 1 cartof, 1/2 morcov, 1/2 țelină rasă, 1 lingură făină, 2 linguri bulion, 2 linguri grăsime, multă verdeață și sare.

Carnea tocată se amestecă cu franzela muiată, ouăle, ceapa tăiată mărunt și rumenită în grăsime, zarzavatul ras, verdeața și sarea. Se fac chifteluțe, se tăvălesc prin făină și se prăjesc în grăsime foarte bine încinsă. Se așază în cratiță și se toarnă deasupra sos de bulion, iar vara sos de roșii. Se mai adaugă o foaie de dafin, verdeață și la urmă puțin

oțet. Se scad bine. Se servesc cu zeamă de roșii. Tocătura se poate prepara și fără zarzavat.

593. Perișoare cu verdeață

Aceleași cantități ca la chiftele marinate ; în plus mărar și pătrunjel și 1 pahar smîntînă.

Din tocătura preparată ca la chiftele se fac perișoare, se tăvălesc prin verdeața tocată mărunt, se scufundă într-un vas cu apă clocotită, atît cît să le cuprindă. Se dau 1—2 clocote. Se adaugă trei sferturi din paharul de smîntînă amestecat cu o linguriță făină. Se lasă să fiarbă la cuptor pînă ce scad bine. Vara se adaugă și roșii curățate de pieliță și semințe. Se servesc cu pătrunjel verde și restul de smîntînă proaspătă.

594. Ardei umpluți

12 ardei, 350 g carne, 6 cepe, 2 ceșcuțe orez, 4 legături verdeață, 2 linguri grăsime, 1 felie pîine, sare, piper, 1 kg roșii sau bulion, 1 lingură făină, 2—3 cartofi.

Se trece carnea, ceapa înăbușită și cartofii prin mașină. Se amestecă cu franzela muiată în lapte și bine stoarsă, orezul, verdeața tocată mărunt, miez de roșii sare și piper. Se amestecă toate cît se poate de bine. Se umplu ardeii, după ce li s-a scos cotorul. Se așază în cratița în care se prepară, se rumenesc, apoi se toarnă pe deasupra apă atît cît să-i acopere. După cîteva clocote, se adaugă bulionul sau roșiile curățate de pieliță și de semințe și tăiate mărunt. Se lasă să fiarbă și cînd sînt aproape gata se adaugă făina subțiată cu apă. Se mai dau cîteva clocote, se adaugă zeamă de roșii și după gust 1—2 linguriță zahăr.

595. Roșii umplute

12 roșii, 300 g carne, 3—4 cepe, 2 linguri grăsime, 1/2 kg roșii pentru sos, 1 felie pîine, sare, piper, verdeață, 1 lingură făină, 2—3 cartofi.

Se taie căpăcelul de la roșii, fără să se dea jos. Se scoate ușor miezul, ca să nu se sfărîme roșia. Se lasă să se scurgă pe o farfurie cu capacul în jos. Se umplu cu tocătura preparată ca la ardeii umpluți. În tocătură se pot adăuga morcovi rași, scăzuți în grăsime.

596. Vinete umplute

3—4 vinete. Restul de cantități la fel ca la roșii **umplute** (v. 595).

Se taie vinetele în două în lungime ; se dă sare, se lasă să se scurgă de apă, apoi se șterg cu o cîrpă. Se scoate miezul. Se înăbușă ceapa bine de tot, se adaugă carnea împreună cu miezul de la vinete, verdeața tocată fin. Se trec apoi prin mașina de carne și se amestecă cu 1—2 ouă după ce s-a răcorit. Se mai adaugă verdeață tocată fin și se umplu vinetele. Se așază într-un vas special care merge la cuptor, se dau la cuptor să le cuprindă bine focul și apoi se toarnă deasupra un sos de roșii și cînd sînt aproape gata, se adaugă și puțină smîntînă. Se servesc frumos rumenite cu zeamă de roșii și verdeață pe deasupra.

597. Gogoșele de vinete cu carne

2—3 vinete, 100 g carne preparată ca la vinete **umplute** (v. 596), 1—2 linguri ulei sau grăsime.

Se coc vinetele, se curață de coajă, se toacă miezul, se amestecă cu carnea înăbușită cu ceapă și trecută prin mașină, iar după ce s-au răcit, se amestecă cu 1—2 ouă, verdeață, piper, usturoi pisat și puțină făină. Se fac gogoșele mici, se tăvălesc prin făină, se prăjesc. Se așază în farfuria specială care merge la cuptor și se dau la cuptor. Aproape de ora mesei, se adaugă puțină smîntînă, sau sos de roșii. Se pot pregăti și fără usturoi.

598. Bule de varză cu carne

350 g carne, 2 verze, 1 lingură grăsime, 3—4 **cepe**, 1—2 ouă, 1 pahar smîntînă, pesmet, sare, **verdeață** 4—5 roșii.

Se prepară din varză dulce. Se desface varza în foi, se fierbe în apă clocotită cu sare. Se așază 2—3 foi suprapuse, se pune la mijloc o lingură de tocătură preparată astfel : carnea înăbușită cu ceapă se trece prin mașina de carne și se amestecă cu 1—2 ouă, sare, piper, verdeață. Se strîng foile de varză peste carne, se dă formă rotundă și se stoarce bine. Se dă prin făină, ou și pesmet și se prăjesc. Se așază apoi vasul special care merge la cuptor, se toarnă deasupra zeama de roșii și se dau la cuptor să scadă. Se adaugă smîntînă, se mai lasă să se rumenească și se servesc fierbinți cu smîntînă pe deasupra.

599. Varză creață umplută

Aceleași cantități ca la bule de varză cu carne.

Tocătura se pregătește ca la bule de varză cu carne. Se taie coceanul de la varză și se opărește varza întreagă în apă clocotită cu sare. Se așază varza într-o cratiță să se scurgă de apă și se umple astfel cu umplutura pregătită mai înainte : varza așezată cu coceanul în jos se resfiră, se desface miezul și la mijloc se așază umplutura de carne. Primele foi se aduc peste umplutură, se desface al doilea rînd de foi, se pune umplutura, se aduc foile peste umplutură și se procedează tot astfel pînă ce se umple întreaga varză. Se lasă numai două rînduri de foi libere. Se strînge apoi varza și i se dă forma ei naturală, legînd-o cu o sforicică. Se așază într-un vas special ce merge la cuptor, uns cu unt și presărat cu pesmet sau într-o cratiță. Deasupra se toarnă un sos de ceapă înăbușită în unt cu puțină făină, roșii sau bulion și puțin borș. Se rumenește la cuptor. Se stropește mereu cu sos ca să nu se usuce varza. Spre sfîrșitul coacerii se toarnă smîntînă amestecată cu o linguriță de făină. Se servește cu smîntînă

600. Varză creață la cuptor

Aceleași cantități ca la bule de varză cu carne (v. 598).

Se prepară tocătura ca la bule de varză cu carne. Se opărește varza, se desfac foile și se scurg. Se așază un rînd de tocătură la fundul unui vas special care merge la cuptor sau într-o cratiță, apoi un rînd de foi de varză, un rînd de tocătură, grăsime, iar varză, pînă ce se umple vasul. Printre rînduri se toarnă bulion sau zeamă de roșii. Se dă la cuptor să se rumenească și se servește cu sos de bulion sau smîntînă.

601. Sarmale de varză creață

Se prepară la fel ca sarmalele de varză dulce (v. 590).

Observație : varza creață răspîndește un miros greu în timpul cît fierbe. Pentru a împiedica acest miros, se aruncă în apa în care fierbe varza un cărbune de lemn aprins.

602. Bușeuri de cartofi cu sos de roșii

$^1/_2$ kg făină, $^1/_4$ kg cartofi, 50—100 g untură, 20 g drojdie, 2 ouă, 500 g carne.

Se fierb cartofii, se trec prin mașină, se amestecă apoi cu drojdia dizolvată în lapte, 1—2 ouă, sare și făină cît cu-

prinde ca să se facă o cocă potrivită. Se frămîntă bine. Cu cît coca este mai bine frămîntată, cu atît este mai bună. Se întinde o foaie cam de 1/2 cm grosime. Pe jumătate din această foaie se așază grămăjoare de carne tocată ca pentru bule de varză cu carne (v. 598). Se întoarce cealaltă jumătate de foaie peste grămăjoarele de carne și se taie cu un pahar forme rotunde. Se prăjesc în grăsime sau se coc la cuptor. Se așază apoi în vasul special ce merge la cuptor, se toarnă deasupra un sos de roșii (v. 92) și se dă puțin la cuptor. Se servesc cu smîntînă.

603. Bușeuri de cartofi cu soteuri

Se prepară la fel ca și bușeurile de cartofi, se servesc însă fără sos, numai cu soteuri de legume, amestecate sau separate.

604. Bușeuri de cartofi cu sos alb

Se prepară la fel ca bușeurile de cartofi cu sos de roșii, dar acesta se înlocuiește cu un sos alb cu smîntînă (v. 77 și 36), în care se pot adăuga ouă fierte tăiate sferturi și mărar verde.

605. Cuib de viespi

1 kg cartofi, 350 g carne, 1 lingură grăsime, 3—4 cepe, 1—2 ouă, 1 lingură unt, sare, piper.

Se prepară piure de cartofi care se toarnă cu cornetul în formă de cuib în vasul special care merge la cuptor. În mijlocul cuibului, se așază carnea pregătită ca la bule de varză (v. 598). Se dă la cuptor să se rumenească. Se poate servi cu sos picant de roșii (v. 99).

606. Crochete de cartofi umplute cu carne

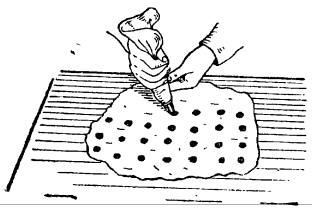
1/2 kg cartofi, 1 lingură făină, 1—2 ouă, 200 g carne, 2—3 cepe, sare, piper.

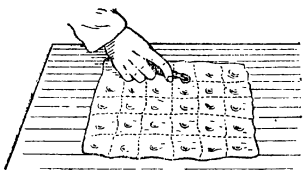
Se pregătește umplutura ca pentru bule de varză cu carne (v. 598). Se fierb cartofii întregi, se curăță de coajă, se trec prin mașină, se amestecă cu o lingură făină, 1—2 ouă. Se răstoarnă această cocă pe un fund, peste un strat de făină. Se rulează și se taie bucăți egale. Fiecare bucată se întinde în formă pătrată. În mijlocul pătratului pe diagonală se așază umplutura. Se rulează acoperind bine carnea, pe toată suprafața. Se dau prin ou și pesmet și se prăjesc.

607. Raviole italienești

300 g făină, 150 g unt, 1 ou, 350 g carne, 2—3 cepe, 1 lingură grăsime, 200 g caşcaval, 4—5 roşii.

Se prepară o cocă fragedă sau o cocă simplă. Se împarte în două şi se întind două foi. Se udă o foaie cu apă pe deasupra şi se aşază grămăjoare de carne preparată ca pentru pateuri (v. 331). Se acoperă grămăjoarele cu foaia rămasă şi se taie forme rotunde sau pătrate. Se presează cu degetul ca să se lipească. Se aruncă în apă clocotită sărată. Se lasă 10 minute. Se scot, se scurg, se aşază în farfurie, se pune deasupra caşcaval ras şi roşii trecute prin maşina de carne. Se adaugă şi puţin zahăr. Se presară din nou cu caşcaval ras şi se dau la cuptor.





608. Musaca de vinete

4—5 vinete, 1/2 kg carne, 3—4 cepe, 3 linguri grăsime, 2 ouă, 4 legături verdeaţă, 1/2 kg roşii, 1—2 ardei graşi, sare, piper, un grăunte usturoi.

Se pregăteşte carnea ca la musacaua de cartofi (v. 609). Se taie vinetele felii groase de un deget, în lungime, fără să se cureţe coaja. Se dă sare şi se lasă cîteva minute. Se scurg, se prăjesc în grăsime, fără să se ardă. Se aşază în cratiţă un rînd de vinete, un rînd de carne, bulion sau roşii, ardei graşi şi se termină cu un rînd de vinete peste care se aşază felii de roşii. Se toarnă puţină apă sau zeamă de carne şi se dă la cuptor unde se lasă pînă scade bine zeama. Se toarnă pe deasupra ouăle bătute cu puţină făină şi lapte şi se mai dă la cuptor să se rumenească. Cine doreşte serveşte musacaua cu iaurt sau cu smîntînă.

Observaţie: la musacaua de vinete nu trebuie să predomine carnea ci vinetele. Preparatul este astfel mai gustos.

609. Musaca de cartofi

1 1/2 kg cartofi, 500 g carne, 2 ouă întregi, 3—4 cepe verdeață, 2 linguri grăsime, 2 linguri bulion, piper.

Se înăbușă ceapa tăiată mărunt, se adaugă carnea tocată, se înăbușă împreună picurînd cîte puțină apă rece, se mai trece odată prin mașina de tocat carne, se amestecă cu un ou întreg, se adaugă verdeață și sare. Se amestecă bine. Cartofii tăiați felii rotunde se prăjesc la foc iute sau se fierb și se așază în cratiță un rînd de cartofi, un rînd de carne, bulion sau roșii, și se termină cu un rînd de cartofi. Se umple cu apă sau cu zeamă de carne și se dă la cuptor. Se lasă pînă ce scade bine și se toarnă pe deasupra un ou întreg bătut. Se mai dă la cuptor pînă se încheagă oul și se servește cu iaurt sau cu smîntînă.

610. Musaca de piure de cartofi

1 kg cartofi, 1/2 kg carne, 2 ouă, 3—4 cepe, verdeață, 2 linguri grăsime, 2 linguri bulion, sare, piper, verdeață.

Se prepară la fel ca musacaua de cartofi, cu deosebire că se prepară un piure de cartofi din care jumătate se așază în vas, apoi carnea prăjită cu ceapă și trecută prin mașina de carne, verdeață, cîteva felii de roșii sau bulion și apoi restul de piure. Deasupra se pune grăsime, cîteva felii de roșii, verdeață și se dă la cuptor.

611. Musaca de țelină

7—8 țeline, 1/2 kg carne, 4—5 cepe, 3 linguri grăsime, 2 ouă, 2 linguri bulion, 1/2 kg roșii, sare, piper.

Se prepară la fel ca musacaua de vinete (v. 608).

612. Musaca de dovlecei

Aceleași cantități ca la musacaua de cartofi, înlocuindu-se cartofii cu 2—3 dovlecei mari.

Se prepară la fel ca musacaua de cartofi (v. 609).

613. Musaca de varză dulce

Aceleași cantități ca la musacaua de vinete, înlocuind vinetele cu 1—2 verze.

Se prepară la fel ca musacaua de cartofi, cu deosebire că varza se fierbe mai mult de jumătate înainte de a se tăia

fire subțiri, apoi se prăjește cu puțin bulion sau roșii și se așază în rînduri alternative de carne și varză, începînd cu varza. Se umple cu zeama în care a fiert varza, borș sau zeamă de roșii. Deasupra se toarnă smîntînă.

614. Musaca de varză acră

$^1/_2$ kg carne, 1—2 verze, 4—5 cepe, 3 linguri grăsime, $^1/_2$ kg roșii sau 2 linguri bulion.

Se pregătește carnea ca pentru orice musaca (v. 609). Varza se taie firișoare fine și se călește cu grăsime. Apoi se așază în cratiță astfel: la fund se tapetează cratița cu felioare de slănină afumată. Se pune un rînd de varză, un rînd de carne, bulion sau roșii, smîntînă, și deasupra un rînd de varză. Pe deasupra se mai așază un rînd de roșii sau o lingură de bulion și smîntînă. Se toarnă un pahar de apă sau zeamă de carne și se dă la cuptor să se rumenească.

615. Musaca de legume amestecate

$^1/_4$ kg fasole grasă, $^1/_4$ varză mică, $^1/_4$ kg cartofi, 1 vînătă, 1—2 dovlecei, 2—3 ardei grași, $^1/_2$ kg carne, 3—4 cepe, sare, piper, $^1/_2$ kg roșii sau 2 linguri bulion, verdeață, 1 lingură unt.

Carnea se prepară ca la musacaua de cartofi (v. 609). Legumele, afară de pătlăgeaua vînătă, se fierb. Vînăta se coace. Se așază în cratiță sau într-un vas de Ienа un rînd de legume amestecate, un rînd de carne, roșii, ardei tăiați subțire și se termină cu legume, peste care se taie felii de roșii. Se pune unt pe deasupra și se dă la cuptor. Se poate servi cu smîntînă sau iaurt.

616. Musaca de spanac

1 $^1/_2$—2 kg spanac, $^1/_2$ kg carne, 3—4 cepe, 3 linguri grăsime, 2 ouă, 2 linguri bulion, sare, piper.

Se prepară la fel ca musacaua de cartofi (v. 609). Spanacul se opărește cu borș sau se înăbușă în grăsime și apoi se toacă cu cuțit de lemn.

617. Musaca de ardei

10—14 ardei, $^1/_2$ kg carne, 3—4 cepe, 2 linguri grăsime, 2 ouă, 2 linguri bulion sau $^1/_2$ kg roșii, sare, piper.

Se prepară ca musacaua de cartofi (v. 609). Ardeii se înăbușă în grăsime cu ceapă.

618. Musaca de clătite cu carne de vițel

7—8 clătite, 1/2 kg carne, 3—4 cepe, 2 linguri grăsime, 2 ouă, verdeață, nucșoară, 2 linguri smîntînă.

Tocătura înăbușită cu ceapă și trecută a doua oară prin mașina de tocat carne se amestecă cu două ouă întregi, verdeață, nucșoară și două linguri de smîntînă. Se așază într-o cratiță un rînd de clătite și un rînd de carne, se termină cu un rînd de clătite. Se rumenește la cuptor.

Observație: Toate musacalele sînt mai gustoase, dacă se adaugă smîntînă sau lapte printre rînduri.

619. Drob de miel

Măruntaie de miel și prapurele de miel, 3—4 cepe, 4 ouă, verdeață, ceapă verde multă, sare, piper, miez de franzelă muiat în lapte.

Măruntaiele se spală, se taie bucățele, se prăjesc sau se fierb în apă clocotită cu sare și apoi se toacă mărunt. Se amestecă cu ceapa înăbușită, verdeața tocată mărunt, miezul de franzelă muiat în lapte, gălbenușurile, albușul bătut spumă, sare, piper. Se aranjează prapurele într-o tavă unsă cu unt, după ce mai întîi a fost ținut în apă călduță ca să se desfacă și să-i iasă tot sîngele. Se pune compoziția la mijloc, se nivelează și se acoperă cu marginile prapurelui. Se unge cu grăsime pe deasupra și se dă la cuptor cu o jumătate de oră înainte de a se servi masa, dacă se servește cald. Se poate servi și ca aperitiv, rece, stropindu-se cu zeamă de lămîie.

620. Drob de miel în foaie

Coca: 300 g făină, 200 g grăsime, 1 ou.
Umplutura: măruntaie de miel, 3—4 cepe, 3—4 ouă, verdeață, ceapă verde, sare, piper, miez de franzelă muiat în lapte.

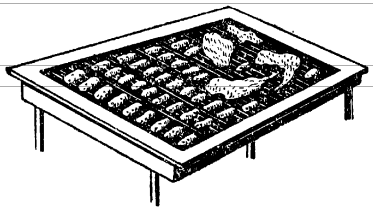
Se prepară un aluat fraged din făină, grăsime și ou. Se întinde o foaie ca de tăiței și se pune la mijloc compoziția preparată ca la drobul de miel. Se așază marginile și se coace la cuptor.

621. Mititei

1 kg carne de vacă de la gît (ceafă), 1/4 kg seu de vițel de la rinichi, 1 linguriță bicarbonat, cimbru, sare, piper, usturoi, 1 pahar zeamă de carne rece.

Carnea de vacă și seul se curăță de pieliță, se dau de 2—3 ori prin mașina de tocat carne. Se adaugă sare, piper,

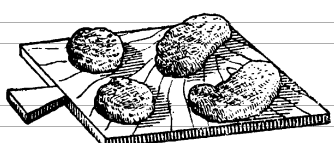
puțin praf de cimbru, după gust, bicarbonat, 1 pahar zeamă de carne rece. Se bat mult și bine de tot cu lingura, pînă ce se leagă. Se lasă carnea la gheață pînă a doua zi (24 ore), se frămîntă bine, adăugîndu-se puțină zeamă de usturoi strecurată. Se fixează pîlnia de cîrnați la mașina de tocat carne și se fac mititei în lungimea unui lat de palmă. Mîna cu care luăm mititeii de la mașină trebuie să fi mereu udată cu apă rece, iar fundul pe care îi așezăm la fel. Mititeii se frig la grătar foarte bine încins și uns cu o bucată de seu. Pe măsură ce se rumenesc se ung pe deasupra cu zeamă de usturoi, amestecată cu puțin ulei. Se servesc bine rumeniți și foarte fierbinți.



622. Pîrjoale

750 g carne, 2 ouă, 2 felii de franzelă, 2 cartofi, verdeață, sare, piper, usturoi, grăsime, pesmet.

Se curăță carnea de pielițe, se dă de două ori prin mașina de carne, se toarnă peste carne 1—2 linguri de apă, supă sau lapte clocotit, se adaugă miezul de franzelă muiat și stors, cartofii rași sau trecuți prin mașină odată cu carnea, sarea, verdeața tăiată mărunt, piperul, ouăle și usturoiul pisat. Se bate compoziția bine și se fac pîrjoale în formă de pară, se dau prin pesmet și se prăjesc în grăsime bine încinsă. Se servesc fierbinți.



623. Plăcintă cu carne

½ kg foi de strudel, 1 kg carne de vițel, 10 cepe, 2 linguri grăsime, 1 lingură unt, 3 ouă, sare, piper, nucșoară.

Se taie carnea bucăți, se înăbușă cu ceapa tăiată felii subțiri, se sărează. Se stinge cu apă și se lasă să fiarbă înă-

bușit. Cînd este bine scăzută, se trece de 2—3 ori prin mașina de carne, se adaugă piper, nucșoară și sare și se amestecă cu ouăle întregi.

Se așază jumătate din cantitatea de foi în tava unsă, stropindu-se între ele cu unt, apoi se întinde compoziția de carne și pe deasupra se așază restul de foi stropindu-se între ele. Se coace la foc potrivit și se servesc calde.

624. Friptură vieneză

Aceleași cantități ca pentru pîrjoale, în plus cîteva bucățele de slănină afumată, ouă fierte tari.

La carnea preparată ca pentru pîrjoale se mai adaugă bucățele de slănină afumată. Pe un fund de lemn ud, se așază carnea în formă de dreptunghi. La mijlocul dreptunghiului, în lungime, se așază ouă fierte tari. Se rulează carnea tocată în jurul ouălor, se dă prin pesmet și apoi se așază în tavă. Deasupra se toarnă grăsime încinsă și se dă la cuptor timp de o oră.

625. Budincă de fidea cu carne

300 g fidea, 1/2 kg carne de vițel, vacă sau porc, 1 ou, 2 cepe, sare, piper.

Se fierbe fideaua în apă clocotită cu sare și se strecoară. Se prepară carnea ca pentru musaca (v. 609), ceapa tăiată mărunt se înăbușă în grăsime cu carnea tocată, cu puțină apă, o lingură de bulion și se lasă să scadă; cînd este rece se mai trece odată prin mașină, se adaugă oul, sarea și piperul și se amestecă bine. Se așază în forma unsă și presărată cu pesmet un rînd de fidea, un rînd de carne, deasupra rămînînd un rînd de fidea. Se pot adăuga două ouă întregi bătute, iar vara și un pahar de zeamă de roșii crude. În loc de carne se poate pune brînză. Se coace la cuptor potrivit.

626. Budincă de clătite cu carne

750 g carne, 16—18 clătite.

Se prepară carnea ca pentru musaca (v. 609) și se așază clătitele fie rulate, fie nerulate cu acest amestec de carne între ele Deasupra se toarnă un sos de roșii și se coace la cuptor. Se poate servi în loc de sos de roșii cu smîntînă pe deasupra.

627. Colţunaşi cu carne

Aceleaşi cantităţi ca la colţunaşi cu brînză, în plus 250 g carne, 2—3 cepe, 2 linguri grăsime.

Se prepară la fel ca şi colţunaşii cu brînză (v. 411). Carnea se prepară ca la rulada cu carne (v. 628).

628. Ruladă cu carne

Aceleaşi cantităţi ca la ruladă cu spanac (v. 237), în plus 300 g carne, 3—4 cepe, 1 lingură grăsime, sare, piper.

Se prepară la fel ca rulada cu spanac. Umplutura se prepară din carne tăiată în bucăţele mici, prăjită cu ceapă şi trecută prin maşină, sare, piper şi verdeaţă.

FRIPTURI

Frigerea este cea mai veche operaţie culinară prin care carnea este transformată, dar păstrează în acelaşi timp toate substanţele hrănitoare şi capătă un gust special. Fripturile constituie unul din preparatele importante, care trebuie să figureze pe lista de mîncare alături de alte preparate, întrucît, pe lîngă că sînt hrănitoare, sînt şi uşor de digerat, iar prin gustul lor special excită şi ajută secreţia sucurilor gastrice în stomac.

Reguli generale

Pentru a prepara o friptură bună, fie la frigare, la grătar sau la cuptor, prima condiţie este să se închege de la început albumina pe toată suprafaţa cărnii, formînd astfel un strat izolator, care să nu permită ieşirea sucurilor din carne. Friptura va fi astfel mai suculentă şi mai fragedă.

Toate fripturile nu se pun la foc decît în apropierea orei de masă, spre a fi servite cît mai fierbinţi. Se socoteşte astfel timpul necesar frigerii, încît friptura să poată fi servită imediat.

Durata frigerii nu se poate fixa cu precizie. Ea depinde de mărimea bucăţii de carne şi de intensitatea căldurii focului. Orice gospodină, dacă aplică riguros principiile de mai sus, chiar dacă nu are destulă rutină, reuşeşte să ştie ora cînd trebuie să aşeze friptura la foc şi momentul cînd trebuie să oprească frigerea şi să ridice friptura de pe foc„ ca s-o servească fierbinte, mustoasă, gustoasă şi bine friptă.

Toate fripturile se servesc fierbinţi în farfurii fierbinţi.

Se servesc cu garnituri de legume: piureuri, soteuri, salate.

Pentru aragaz sau lampa de petrol se poate folosi grătarul special care se găseşte în comerţ.

Grătarul

O friptură la grătar bine pregătită trebuie să fie servită la masă fierbinte, rumenită, să nu fie arsă, ci friptă atît cît este necesar.

Să nu fie uscată, ci mustoasă, fragedă, cu gust caracteristic și oarecum vag de zahăr ars.

Friptura se pune la grătar în ultimul moment. Friptura nu așteaptă, ci este așteptată să fie servită.

Mușchiul de vacă se unge cu un strat de ulei, cu 4 ore înainte de masă.

Grătarul trebuie să fie fierbinte și uns cu seu înainte de a se pune friptura.

Focul trebuie să fie iute la început și apoi mai moale, iar la sfîrșit se dă din nou la foc iute.

După ce se așază friptura pe grătar, se lasă pînă se albește pe o parte și se întoarce imediat pe cealaltă parte, spre a se închega albumina pe toate părțile. După aceea frigerea se face la foc potrivit, fie ridicîndu-se grătarul mai sus, fie luîndu-se o parte din jar, cu condiția să nu se ridice cenușă peste friptură.

În timp ce se frige pe partea următoare, se unge partea friptă cu o bucată de seu, dacă friptura este de vacă, și cu slănină la friptura de porc. Ungerea cu grăsime ferește friptura de a se arde.

Cam pe la mijlocul frigerii, cînd friptura începe să se caramelizeze, se ridică grătarul pe cărămizi, la oarecare înălțime, astfel ca frigerea să se facă și mai lent.

Imediat ce friptura este gata, se așază pe farfuria fierbinte care așteaptă alături.

Friptura la grătar se sărează imediat ce este gata. Nu se dă sare de la început, fiindcă își pierde mustul. Sarea are proprietatea de a trage apa, iar dacă se pune de la început în friptură, trage apa cu sucurile din carne și friptura nu se mai frige în sucurile ei, ceea ce o face să-și piardă mustul și să fie uscată. Sarea se dă chiar pe grătar și friptura se așază apoi pe farfurie; se dă sare atît cît este necesar, pe toate părțile, se acoperă cu altă farfurie fierbinte și se ține puțin astfel acoperită înainte de a fi servită.

Friptura de vacă se servește cu o felie de lămîie pe deasupra, o bucățică de unt proaspăt cu sare și puțin pătrunjel verde tocat fin. Cine dorește asezonează fripturile și cu cimbru.

Frigarea

Se urmează aceleași reguli ca la frigerea la grătar, cu deosebirea că:

— La frigare friptura se stropește des cu apă rece și unt, dar numai în momentul cînd s-a caramelizat pe toată suprafața ei.

— Se învîrtește pe măsură ce se rumenește pe o parte, astfel ca rumenirea să se facă uniform.

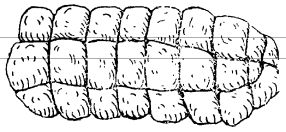
— Se dă sare cînd este aproape gata, folosindu-se sarea dizolvată în apă cu care se stropește (saramură).

Cine dorește întrebuințează și mujdei de usturoi sau freacă carnea înainte de a începe frigerea cu ceapă rasă și usturoi pisat, pentru a-i da un gust special. La frigărui, și cine dorește și la alte fripturi, cînd sînt gata, se presară cimbru, care le dă un gust foarte plăcut.

Atît friptura la frigare, cît și friptura la grătar capătă un gust mai bun dacă este friptă afară în aer liber și mai ales la aer curat. La munte fripturile la grătar sau la frigare sînt mult mai gustoase decît la oraș.

Friptura la cuptor

Carnea pentru friptura la tavă se curăță de zgîrciuri și tendoane, precum și de grăsimea de prisos. Se dă sare și piper pe toată suprafața. Unele fripturi se împănează, se leagă; altele se așază în tavă nelegate și numai împănate cu slănină și usturoi, iar altele se pun la tavă neîmpănate.



După ce s-a pus carnea în tavă se toarnă grăsimea foarte bine încinsă peste toată suprafața fripturii.

Friptura se pune la un foc iute la începutul și la sfîrșitul frigerii și la foc potrivit în restul timpului.

Niciodată nu se răcește cuptorul în timpul frigerii. Scăderea temperaturii cînd carnea este friptă pe jumătate întărește sigur friptura.

Din momentul cînd s-a rumenit pe toate părțile, se stropește des cu apă rece, în care s-a amestecat unt, sare sau grăsime scursă de la friptură.

Niciodată nu se unge friptura cu zeama scursă de la friptură, ci numai cu grăsimea scursă sau cu unt amestecat cu apă rece. În zeama scursă se găsesc substanțe care depuse pe friptură rămîn pe carne și sub directa acțiune a focului se ard, se înnegresc, pătînd friptura cu puncte negre.

Friptura de pasăre la cuptor nu se unge numai cu grăsime simplă, ci întotdeauna amestecată cu apă rece, rom, unt sau numai grăsime de pasăre cu apă rece.

Dacă friptura trebuie să capete o cojiță tare, cum se obișnuiește la purcel sau la curcan, atunci spre sfîrșitul frigerii nu se mai unge cu nimic și cînd friptura este aproape gata, se întărește focul.

Se încearcă dacă este gata, fie apăsînd cu degetul cînd friptura este de vită, fie înfigînd un ac și observînd dacă zeama conține sînge.

Friptura la cuptor se servește cu legume, piureuri, soteuri.

Fripturile la cuptor se frig simple sau pe diferite zarzavaturi: dacă se frig simple, se leagă sosul la sfîrșit astfel: se ridică grăsimea și se amestecă sosul cu un vîrf de cuțit de făină subțiată cu puțină apă rece. După ce s-a scos friptura, se dă tava cu sosul la cuptor și se fierbe cîteva clocote. Se servește alături de friptură. Dacă friptura se frige pe zarzavat, atunci zarzavatul se trece prin sită. După ce s-a luat grăsimea, se mai lasă să dea cîteva clocote în tavă și se servește pe lîngă friptură. Atît în sosul de zarzavat cît și în sosul simplu se poate adăuga puțin vin și 1—2 linguri de smîntînă, ca să fie și mai gustos.

La unele fripturi, mușchiul de vacă, iepurele (vezi marinarea) se ține carnea în apă cu vin sau oțet și diferite condimente, 2—3 zile înainte de a se frige.

Toate sosurile drese cu puțină smîntînă capătă un gust deosebit.

Fripturile nu se servesc cu grăsimea în care au fost fripte, ci numai cu sosul rezultat după ce s-a făcut degresarea.

Prăjirea

Aceleași reguli pentru închegarea substanțelor albuminoide se respectă și la prăjire ca și la celelalte operații.

Orice carne nu se pune la prăjit decît în grăsimea foarte bine încinsă.

Dacă se pune în grăsimea neîncinsă, nu se mai formează stratul izolator, alimentul se îmbibă cu grăsime și devine indigest, iar substanțele albuminoide scurse se ard și friptura va fi pătată cu puncte negre.

Uleiul dă o culoare frumoasă aurie la prăjit. Pentru prăjirea cărnii uleiul se amestecă cu untură. La șnițel se folosește numai ulei. Se prăjește la foc domol.

Fripturile în pesmet

Cu o jumătate de oră înainte de prăjire, carnea de vacă se bate, se sărează în momentul cînd se trece prin făină (carnea albă sărată mai devreme se roșește). Se trece prin făină, se scutură, se bate între palme. Se trece imediat prin ou bine bătut, apoi se trece prin pesmet amestecat cu puțină făină, se scutură fără să se mai bată, se trece încă odată prin ou și imediat se prăjește în grăsime bine încinsă. Pesmetul trebuie să fie cît mai fin și de culoare deschisă, deci numai uscat la cuptor, nu prăjit, altfel fripturile capătă o culoare neagră, urîtă. Paneurile bine reușite au culoarea aurie și carnea plină de sucuri (friptă înăbușit).

Toate fripturile în pesmet se trec prin făină, ou etc. numai în momentul cînd se pun la fript, nu se lasă să stea cu făina sau cu oul pe ele nici un minut.

Carnea nu se bate niciodată prea tare pentru friptură pentru a nu distruge fibrele.

FRIPTURI DIN CARNE DE VACĂ

629. Biftec

1 mușchi, sare, piper, unt, pătrunjel verde.

Biftecul se prepară numai din mușchi fript la grătar.

Fripturile din carne de vacă nu se prepară în ziua cînd a fost tăiat animalul, ci se lasă 2—3 zile la rece ca să se frăgezească. Mușchiul este partea cea mai fragedă din carne. Se curăță de pieliță, se taie felii de 2 cm, se pun pe rînd într-un șervet ud, care se strînge și se răsucește în jurul cărnii, astfel încît bucata să fie prinsă și strînsă bine pentru a căpăta forma rotundă. Se poate da forma apăsînd ușor cu ciocanul de lemn.

Se încinge bine grătarul, se unge cu o bucată de seu de vacă și se frige biftecul așa cum s-a arătat la p. 193. Trebuie multă atenție pentru a nu-l usca; friptura uscată nu mai are nici un gust. Biftecul se frige în sînge. Deasupra se pune o bucățică de unt proaspăt presărată cu pătrunjel tocat fin. Se servește fierbinte pe o farfurie fierbinte acoperit cu o altă farfurie tot fierbinte.

630. Biftec cu ochiuri

6 bucăți mușchi, 6 ouă, 1 lingură unt, sare, piper.

Biftecul preparat așa cum am arătat la rețeta precedentă se așază pe farfuria de servit și peste fiecare bucată de carne se pune un ochi romînesc pregătit proaspăt.

631. Biftec la grătar cu ciuperci

6 bucăți mușchi, ½ kg ciuperci, 2—3 cepe, 2 linguri unt, sare, piper.

Se prepară biftecul cum am arătat mai sus. Se servește cu ciuperci preparate astfel: se curăță ciupercile, se spală. Se înăbușă separat ceapa tăiată fin, apoi se adaugă ciupercile tăiate feliuțe. Se dă sare, puțin piper și se lasă să scadă. Ciupercile se așază peste biftec cînd acesta este gata pentru servit.

632. Antricot la grătar

6 antricoate, sare, piper, 1 lingură unt, cimbru.

Se curăță carnea de pieliță și de tendoane. Se netezește fiecare bucată bătînd-o ușor cu ciocanul de lemn și se frige ca biftecul. În momentul cînd apar puncte roșii pe suprafața cărnii, friptura este gata. Se așază pe farfuria în care se servește, se dă sare, piper și se pune o bucățică de unt proaspăt pe fiecare friptură. Cine dorește presară cimbru.

633. Fleică la grătar

1 kg carne, sare, piper, cimbru.

Fleica se curăță de toate pieile și se pregătește conform instrucțiunilor generale (v. p. 192).

634. Frigărui din carne de vacă

1 kg carne, sare, piper, cimbru, usturoi, slănină.

Frigăruile se pregătesc fie numai din mușchi de vacă, fie din diferite feluri de carne amestecate: vacă, porc, vițel, berbec, însă numai din carne fragedă. Se taie carnea cuburi de 3—4 cm, se presară cu piper, cimbru și puțin usturoi. Se pregătesc cîteva frigări mici din lemn, cam de 25 cm lungime, ascuțite la un capăt. Se înfig bucățile de carne intercalînd între ele și la capete cîte o bucățică de slănină — poate fi și afumată. Se frig pe grătarul bine încins, ungîndu-l cu grăsime cînd se întorc de pe o parte pe cealaltă. Sa-

rea se dă numai cînd sînt gata. Se servesc imediat fără să se mai scoată din frigare.

635. Mușchi la frigare

1 mușchi, sare, piper, unt, pătrunjel verde.

Mușchiul se curăță de pieliță și de tendoane, se înfige în frigare și se leagă. Se frige așa cum am arătat la p. 193. Trebuie fript cu atenție. Nu se va întoarce de pe o parte pe cealaltă, decît după ce a prins o pojghiță. În timpul frigerii se unge cu unt. Se scoate de pe frigare, se îndepărtează ațele, se taie felii și se servește cu unt proaspăt și pătrunjel verde tocat fin pe deasupra.

636. Friptură de vacă înăbușită

1 kg carne, sare, piper.

Fripturile înăbușite la cuptor se așază în tavă peste un grătar de lemn, așa fel ca friptura să nu vină în contact cu sosul din tavă.

637. Carne de vacă înăbușită

1 kg carne, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 țelină, 2—3 cepe, usturoi, sare, piper, 1 pahar vin, 1 lingură bulion.

1. Se alege o bucată de carne mai mare, se curăță de pieliță și de tendoane. Se dă sare și se leagă. Se curăță zarzavatul și se taie fin: morcovi, păstîrnac, pătrunjel, țelină, ceapă, puțin usturoi și piper. Se așază carnea într-o cratiță peste un strat de zarzavaturi și grăsime. Se toarnă un pahar de vin și puțin bulion. Se acoperă, dacă este posibil, mai întîi cu o hîrtie pergament și apoi cu capacul. Se fierbe pe plită și apoi la cuptor, întorcînd bucata de carne cînd pe o parte, cînd pe cealaltă.

2. Se așază carnea în cratiță peste un strat de ceapă tăiată peștișori și usturoi și se procedează ca la nr. 1.

Friptura pe zarzavat se servește cu zarzavatul drept garnitură și sosul strecurat. Friptura fără zarzavat se servește cu sosul strecurat și cu diferite alte garnituri ca: fasole, macaroane, piure de cartofi etc. Dacă nu avem vin se poate pregăti numai cu apă, vinul îi dă însă un gust aparte.

Dacă se întîmplă să fie carnea de vacă bătrînă, se bate din ajun cu ciocanul de lemn, se unge cu ulei, se dă sare, piper. Carnea tare se poate tăia felii din ajun, se pregătește cum am arătat mai sus, apoi se tăvălesc în făină și se așază

în cratiță, se toarnă vin și se frig înăbușit la cuptor. În lipsă de cuptor, se poate înăbuși și pe mașină.

638. Mușchi de vacă în aluat

1 mușchi, aluat franțuzesc, 1 ou.

Se prepară un aluat franțuzesc (v. 850).

Mușchiul rumenit la cuptor iute, fără să fie fript la mijloc, se lasă să se răcească. Se toacă ciuperci mărunt, se prăjesc în unt cu sare și piper.

Se întinde o foaie din aluat ceva mai mare ca lungimea mușchiului. Se așază pe toată suprafața ciupercile, apoi mușchiul la margine. Se rulează foaia. Se îmbracă capetele în coacă. Din coca rămasă se fac diferite garnituri care se aplică pe deasupra. Se unge cu ou și se dă la cuptor iute la început și apoi potrivit

639. Imitație de mușchi în aluat

1 kg carne, 3—4 cepe, sare, piper, 1 lingură pesmet, aluat franțuzesc.

Se trece carnea prin mașină împreună cu 3—4 cepe. Se prăjește și apoi se dă din nou prin mașină. Se adaugă sare, piper, un ou și o lingură de pesmet. Se întinde foaia din aluat franțuzesc. Se acopere cu un strat de tocătură și se rulează așa cum am arătat la mușchiul în aluat (v. 638). Se rumenește la cuptor. Pentru a-i da un aspect deosebit, se poate așeza la marginea foii un rînd de ouă fierte și apoi se rulează. Cînd mușchiul este tăiat felii, apar la mijloc felii de albuș și gălbenuș, care decorează frumos și sînt gustoase.

640. Mușchi de vacă cu sos de vin

1 mușchi, 1 morcov, 1 păstîrnac, 1 pătrunjel, 2 cepe, 1 lingură grăsime, 1 lingură făină, 1 pahar de vin, sare, piper, cimbru.

Se rumenește mușchiul pentru a căpăta o crustă pe toată suprafața. Se așază apoi în tavă peste un strat de zarzavaturi, ceapă tăiată mărunt și grăsime, presărată cu o lingură de făină, sare, piper, o lingură de bulion și un pahar de vin. Se lasă să fiarbă înăbușit, întorcînd și stropind mereu friptura. Spre sfîrșit se adaugă cimbru. Se servește cu piure de cartofi sau cartofi fierți întregi și serviți cu unt și pătrunjel verde.

641. Mușchi la cuptor, înăbușit

1 mușchi, slănină, usturoi, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 păstîrnac, 1 țelină, 2 cepe.

Se împănează mușchiul cu slănină și cu usturoi sau se freacă cu ceapă și usturoi pisat. Se așază în tavă peste un strat de zarzavat tăiat felii (morcov, pătrunjel, păstîrnac, țelină, ceapă).

În timpul cît se frige mușchiul, se stropește cu apă sau zeamă de carne. După ce s-a fript, se scoate, se adună grăsimea, se trec zarzavatul și sosul prin sită și se servesc odată cu friptura. Cine dorește poate adăuga o lingură de smîntînă în sos și puțin vin alb.

642. Mușchi la cuptor cu sos de muștar

1 mușchi, 1 lingură grăsime, muștar, sare, piper.

Se învelește mușchiul (sărat) cu un strat gros de muștar, cam de 1 cm Se pune într-o tavă cu grăsime și se dă la cuptorul bine încins. Se unge cu sosul său și se întoarce din cînd în cînd.

FRIPTURI DIN CARNE DE VIȚEL

643. Mușchi de vițel

1 mușchi, sare, piper, 1 lingură grăsime.

Se prepară la fel ca mușchiul de vacă.

644. Pulpă de vițel la tavă

1 pulpă de vițel, 4 linguri grăsime, sare, piper.

Se prepară la fel ca pulpa de vițel la cuptor (v. 649) cu deosebirea că se așază în tavă neîmpănată, fără zarzavaturi și numai dată cu sare și piper.

645. Piept de vițel umplut

1 kg piept, 1/4 kg carne de vițel, 1/4 kg carne de porc, 4 ouă, 50 g slănină afumată, o felie de franzelă muiată, 5—6 cepe, verdeață, sare și piper.

Se prepară o tocătură din carne de vițel și porc, miez de franzelă muiat și stors, ceapă tăiată mărunt și înăbușită, sare, piper, verdeață, bucățele de slănină și ouă. Se sărează pieptul, se umple cu umplutura preparată, se coase și se așază în tavă, se toarnă deasupra grăsimea încinsă. Se dă la cuptor 2—3 ore. Se servește tăiat felii, cu diferite garnituri.

646. Șnițel englezesc

1 kg carne de vițel, 250 g smîntînă, 1/2 pahar vin, 2 linguri grăsime, 1/2 foaie de dafin, sare, piper.

Se taie felii din carnea de vițel, se sărează și se dau prin făină. Se înăbușă în grăsimea înfierbîntată, apoi se adaugă o jumătate pahar de vin, 1/2 foaie dafin, puțin piper, 200 g smîntînă. Se colorează cu bulion și se dă la cuptor.

647. Pulpă de vițel rulată

1—1 1/2 kg carne de vițel, 5—6 ouă, 1/2 kg cîrnat, 2 linguri grăsime, sare, piper.

Se ia o bucată de carne de la pulpă, se taie o fîșie lungă de 20—30 cm și tot atît de lată. Se întinde pe masă, se bate, se sărează. Se pregătește o omletă care se întinde pe toată suprafața cărnii. Pe mijloc se așază o bucată din orice cîrnat cu usturoi. Se rulează, se leagă cu sfoară și se dă la cuptor. Se servește caldă cu sosul respectiv sau rece, tăiată în felii. Se poate prepara și din carne de mînzat, porc, berbec tînăr.

648. Rulouri de carne de vițel

1 kg carne, 2 linguri grăsime, 2 cepe, miez de franzelă, 1 ou, 1 lingură unt, 1/2 morcov, 1/2 păstîrnac, 1/2 pătrunjel, usturoi, vin, sare, piper, verdeață.

Se taie carnea felii mai mult pătrate și se bat ca șnițelul. Se umplu cu tocătură din aceeași carne sau din mai multe feluri de carne, la care se adaugă franzelă bine muiată în lapte, verdeață, ceapă înăbușită în multă grăsime. Tot acest amestec se trece prin mașina de carne de două ori. Se mai adaugă un ou, puțin unt proaspăt, sare, piper. Feliile de carne se umplu cu această tocătură, se leagă și se așază în cratiță peste un strat de zarzavat ras, o ceapă și puțin usturoi. Se toarnă deasupra grăsime și puțină apă și se dă la cuptor. Se stinge cu un păhărel de vin, imediat ce a început să se rumenească. Se mai lasă să se pătrundă și se servesc cu zarzavatul trecut prin sită, alături de piure de cartofi.

Se poate pregăti din carne de mînzat, vițel, berbec, porc sau piept de pasăre.

649. Pulpă de vițel la cuptor

1 capac (o pulpă) de vițel, 100 g slănină afumată, 2 căpățîni usturoi, 4 linguri grăsime, ceapă, boabe de piper, sare, 1/2 pahar vin alb.

Cea mai fragedă și mai gustoasă parte din pulpă este capacul; fricandoul se prezintă mai frumos, dar nu este atît

de fraged. Capacul se curăță de vinele groase din mijloc, se sărează și se împănează cu slănină afumată și cu usturoi. Se lasă să stea 1/2 oră, apoi se rulează și se leagă cu sfoară.

Se așază în tavă, se toarnă deasupra grăsimea bine încinsă, se dă la cuptor potrivit, se adaugă apoi vinul și puțină apă sau zeamă de carne și boabe de piper. Se stropește din cînd în cînd cu apă rece; cînd este aproape gata, se stropește numai cu grăsime din sosul fripturii. Bine friptă și bine rumenită, se taie felii și se servește cu diferite garnituri. Sosul se separă de grăsime și se leagă cu un praf de făină, mai dă un clocot și se strecoară. Se servește în sosieră.

Pulpa se mai poate împăna numai cu usturoi și se poate prepara fără vin.

650. Șnițel vienez

1 kg carne de vițel, 2 linguri grăsime, sare, 1 ou, făină, pesmet.

Se taie carnea în curmezișul fibrelor, în bucăți potrivit de mari, nici prea groase, nici prea subțiri. Se bat cu ciocanul de lemn. Nu se bat prea tare spre a nu se distruge fibrele. Dacă vițelul este tînăr, se poate bate carnea cu lama cuțitului. Șnițelul se prepară în momentul cînd trebuie servit la masă. Se dă sare, se trec bucățile prin făină, apoi prin ou bătut, prin pesmet amestecat cu puțină făină și fără să se bată cu palma ci numai scuturat, se mai trece încă odată prin ou și imediat se prăjește în grăsime foarte bine încinsă. După 2—3 minute se dă la foc slab spre a se frige înăbușit, păstrîndu-și astfel o culoare frumoasă. Se mai întărește puțin focul cînd se întorc feliile pe cealaltă parte, și din nou se domolește. Șnițelul se poate prepara și trecîndu-l numai o singură dată prin ou, este mult mai gustos însă trecut de două ori. Șnițelul trebuie să aibă culoare aurie și crusta tare. Se servește cu o felie de lămîie peste fiecare bucată, cu garnitură de piure de cartofi, unt și pătrunjel verde tocat, cu diferite soteuri de legume sau cartofi fierți întregi opăriți cu unt și verdeață.

651. Șnițel natur

1 kg carne, 2 linguri grăsime, unt, pătrunjel verde, sare, piper.

Se taie carnea de vițel ceva mai groasă. Se dă sare și puțin piper, se trece prin făină și se prăjește la fel ca șnițelul vienez. Se lasă să se prăjească complet o parte și apoi se întoarce, prăjind complet și a doua parte, fără să se mai

revină. Se servește imediat cu puțin unt pe deasupra fiecărei bucăți și pătrunjel verde tocat fin. Se servește fierbinte cu aceleași garnituri ca și șnițelul vienez.

652. Cotlete de vițel pane

7—8 cotlete, 2 linguri grăsime, 1 ou, făină, pesmet, sare.

Fiecare cotletă se taie și se desface. Se curăță de tendoane. Se taie capetele costițelor pentru a le da o formă frumoasă și egală. Dacă este necesar se bate fiecare cu ciocanul de lemn.

Se dă sare și piper și se prepară la fel ca șnițelul vienez.

653. Cotlete de vițel natur

7—8 cotlete, 2 linguri grăsime, unt, pătrunjel verde, sare.

Se prepară la fel ca șnițelul natur.

654. Cotlete la grătar

7—8 cotlete, unt, sare, piper.

Se prepară la fel ca biftecul (v. 629).

655. Momițe de vițel pane

1 kg momițe, 2 linguri grăsime, 1 ou, făină, pesmet, sare.

Se spală bine momițele, se țin chiar în apă rece ca să nu rămînă sînge închegat pe ele. Pentru a le da o consistență se opăresc un minut în apă clocotită și apoi se trec în apă rece. Se lasă să se răcească, se sărează și se prepară la fel ca șnițelul vienez (v. 650).

656. Inimă de vițel umplută

1 inimă mai mare, 4—5 cepe, usturoi, 150 g cîrnat 2 linguri grăsime, verdeață, 1 ou, miez de franzelă, 50 g șuncă afumată.

Se curăță inima de pielițe, de grăsime și de tendoane și se scobește la mijloc fără să se atingă pereții. Se umple cu următoarea compoziție: se înăbușă ceapă și usturoi, se adaugă apoi carnea care a fost scoasă din inimă, puțină carne din cîrnat, sare, piper, verdeață tăiată fin. Se lasă totul să se înăbușe înfundat la foc moale; cînd este gata și după ce s-a răcit se amestecă cu un ou crud, miez de franzelă muiat în lapte și cîteva pătrățele de șuncă afumată.

Se umple inima, apoi se prăjește pe toate părțile și se stinge cu zeamă de carne sau apă. Se lasă să fiarbă acoperită la foc domol timp de două ore. Se servește cu cartofi zdrobiți.

FRIPTURI DIN CARNE DE BERBEC

657. Marinarea cărnii de berbec

1 pulpă de berbec, 3—4 cepe, 1 morcov, 1 păstîrnac, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1/2 litru oțet, sare, boabe de piper.

Dacă berbecul nu este foarte tînăr, carnea de berbec este tare, și are un miros neplăcut. Pentru a-i scoate mirosul se scufundă carnea într-un vas cu apă fierbinte și puțin oțet, iar dacă berbecul este bătrîn, carnea se pune la marinat 4—5 zile.

Marinarea se face astfel: se fierb 3—4 cepe, sare, morcov, păstîrnac, țelină, pătrunjel, tăiate felii și cînd sînt aproape fierte se adaugă 1/2 litru de oțet de vin, piper și sare. Se mai lasă să fiarbă și se dă la rece. Se curăță pulpa de pielițe și de grăsimea care îi dau un gust neplăcut, se așază într-un vas smălțuit și se toarnă deasupra marinata astfel încît să fie bine acoperită și se lasă 4—5 zile. Carnea de berbec nu se pregătește în nici un caz decît după 3—4 zile de la tăiere. În acest timp se ține la gheață. Cea mai fragedă și cea mai gustoasă carne este aceea de berbec de Dobrogea și de batal.

658. Pulpă de berbec la tavă (jigou)

1 pulpă de berbec, usturoi, slănină, 3—4 cepe, 1 pahar vin.

Se curăță pulpa de pielițe și de grăsime. Se împănează cu usturoi și slănină sau numai cu usturoi. Se dă sare și piper și se așază în tavă cu grăsime peste un strat de ceapă și usturoi tăiate mărunt. Se poate prepara și fără ceapă și usturoi. Se dă la cuptor și cînd începe să se rumenească, se adaugă un pahar de vin și se stropește cu apă rece și cu sosul ce și-a lăsat. Se întoarce pe toate părțile, stropindu-se mereu. Cuptorul trebuie să fie la început mai fierbinte pentru a prinde carnea pojghiță la suprafață, apoi potrivit. Durata frigerii depinde de grosimea pulpei. La sfîrșit, cînd

este gata, se degresează, se strecoară sosul, se taie carnea felii și se servește cu garnitură de fasole boabe (fierte cu ceapă și grăsime).

659. Pulpă de berbec înăbușită

1 pulpă de berbec, 2—3 linguri grăsime, 2—3 cepe, usturoi, 1 morcov, 1 păstîrnac, 1 țelină, 1 pătrunjel, sare, piper, cimbru, 1 pahar de vin, 2—3 pahare zeamă de carne.

Se pregătește pulpa cum am arătat la pulpa de berbec la tavă. Se așază în cratiță peste un strat de zarzavat tăiat felii: ceapă, usturoi, morcovi, păstîrnac, pătrunjel, sare, piper, cimbru, untură, un vîrf foaie de dafin. Se toarnă deasupra un pahar mare de vin și 2—3 pahare zeamă de oase sau apă. Se acoperă și se dă la cuptor să se coacă înăbușit în aburul provenit din fierberea zarzavatului cu vinul și cu restul de ingrediente care dau o aromă specială fripturii. Focul trebuie să fie domol și egal. Nu trebuie să se formeze crusta la începutul frigerii, deoarece este necesar ca aburul format să pătrundă în interiorul pulpei pentru aromarea fripturii. În timpul frigerii se întoarce carnea și se stropește. După ce friptura este gata, se trec prin sită toate zarzavaturile împreună cu sosul. Se adună grăsimea și carnea se servește tăiată felii cu garnitură de fasole uscată, sau piure de cartofi și sosul respectiv.

660. Cotlete de berbec la grătar I

7—8 cotlete, sare, piper, cimbru.

Se curăță cotletele de piele, se presară puțin cimbru și piper și se frig așa cum am arătat la p. 192. Sarea se dă numai cînd sînt gata. Se servesc fie cu fasole boabe, fie cu piure de cartofi sau soteuri de legume.

661. Cotlete de berbec pane

7—8 cotlete, 1 ou, făină, pesmet, 2 linguri grăsime.

Se prepară la fel ca șnițelul vienez (v. 650).

662. Cotlete de berbec la tigaie

7—8 cotlete, 2 linguri grăsime, sare, piper, cimbru.

Se curăță cotletele de pieliță, se scoate pielea din lungul osului, se bat puțin, se dă sare, piper și cimbru și se frig în grăsime încinsă.

663. Frigărui de berbec

1 kg carne, sare, piper, 100 g slănină.

Se taie carnea bucăţi şi se înfig în frigărui apoi se frig conform instrucţiunilor generale.

664. Fudulii de berbec la grătar

1 kg fudulii, 50 g unt, sare.

Se taie fuduliile la mijloc, se curăţă de pieliţe, se crestează şi se frig la grătar. Sarea se dă numai cînd sînt gata fripte.

665. Muşchi de berbec la grătar

1 kg muşchi, unt, sare, pătrunjel verde.

Se prepară la fel ca muşchiul de vacă (v. 629).

666. Cotlete de berbec la grătar II

7—8 cotlete, sare, piper, cimbru.

Se curăţă cotletele de pieliţe, se ung cu ulei şi se lasă pînă a doua zi. Se frig pe grătarul bine încins conform instrucţiunilor generale (v. p. 192).

667. Pulpă de berbec rulată

1 1/2 kg carne, 5—6 ouă, 1/2 kg cîrnat, 2 linguri grăsime, sare, piper.

Vezi 647 pulpă de viţel rulată.

FRIPTURI DIN CARNE DE MIEL

668. Miel la cuptor

1 pulpă de miel, 2 linguri grăsime, sare, piper.

Partea cea mai bună pentru friptură este pulpa din spate. Se spală, se dă sare şi se aşază în tava cu grăsime. Se dă la cuptor la foc potrivit şi se unge din timp în timp. Spre sfîrşitul frigerii se întăreşte focul şi nu se mai stropeşte. Friptura trebuie să aibă o coajă tare, să fie bine rumenită, bine friptă, fără să fie uscată. Cînd este gata se scoate din tavă, se scurge grăsimea, se toarnă în tavă o lingură de apă amestecată cu un vîrf de cuţit de făină. Se mai dă 2—3 clocote şi se serveşte sosul în sosieră. Ca garnitură se serveşte piure de cartofi sau salată verde. Se mai

poate servi cu catrofi tăiați bucăți care se înăbușă în tavă împreună cu friptura, dar care se pun în tavă numai cu o jumătate de oră înainte de masă. Nu se pun odată cu friptura fiindcă s-ar usca prea tare.

669. Miel la grătar

1 kg carne, sare, piper, cimbru.

Se taie bucăți mai groase din pulpă și se frig la grătar (v. p. 192).

670. Miel la frigare

1 kg carne, sare piper.

Se poate frige în bucăți mai mari sau mai mici (v. p. frigărui).

671. Frigărui din măruntaie de miel

1 kg măruntaie, sare, piper, cimbru.

Inimă, ficat, rinichi, se taie bucățele, se înfig în frigărui și se frige (v. 634).

672. Cotlete de miel pane

1 kg cotlete, 1—2 ouă, făină, pesmet, 2 linguri grăsime, sare.

Se desprind coastele de șira spinării, lăsînd mușchiul legat de coaste. Se despart cotletele una cîte una. La fiecare cotletă se dezlipește carnea de pe coaste, începînd cu partea dinspre burtă, de la cartilaj. Se trage pielița spre mușchi, strîngîndu-se astfel toată carnea lîngă mușchi, iar coasta rămîne descărnată. Se dă sare. Se ia fiecare bucată și se dă prin făină, ou și pesmet și iar prin ou. Se prăjesc în grăsimea bine încinsă și se servesc fierbinți cu diferite garnituri, dar mai ales cu salată verde.

673. Șnițel din carne de miel

1 kg carne, 1—2 ouă, făină, pesmet, sare, 2 linguri grăsime.

Șnițelul de miel se prepară din miel ceva mai mare, nu din miel de lapte. Se taie felii din pulpa de miel și se procedează ca la șnițelul vienez (v. 650).

674. Firgărui asortate

1 kg carne, 100 g slănină, sare, piper, cimbru.

Se prepară din carne de vacă, berbec, porc. Se taie carnea în bucăți în formă de cuburi de 4—5 cm. Se înfig

în frigare, intercalîndu-se între ele și bucățele de slănină. Se frig conform instrucțiunilor generale de la pag. 193. Se pot intercala bucăți de ficat sau rinichi.

FRIPTURI DIN CARNE DE PORC

675. Mușchi de porc și fleică la grătar

1 kg mușchi, sare, piper.

Se prepară la fel ca mușchiul și fleica de vacă (v. 633 și p. 192).

676. Mușchiuleț de porc la grătar

1 kg mușchiuleț, sare, piper.

Se prepară la fel ca mușchiul de vacă (v. 629).

677. Frigărui

1 kg carne, 100 g slănină, sare, piper.

Se prepară la fel ca frigăruile de vacă (v. 634).

678. Cotlete de purcel la grătar

1 kg cotlete, sare, piper.

Se aleg cotlete mai groase, se scoate grăsimea dacă este prea multă, se taie capetele coastelor dacă sînt prea lungi și se frig pe grătarul bine încins (v. p. 192).

679. Pulpă de porc la cuptor

1 pulpă, sare, piper, 2 linguri grăsime.

Se spală pulpa, se dă sare și puțin piper și se așază în tavă cu puțină grăsime. Se pune la cuptor potrivit. Se unge mereu cu apă rece și se adaugă apă rece și în tavă. Mai tîrziu se unge cu zeama scursă în tavă. Friptura de porc trebuie să fie bine friptă, mai mult decît alte fripturi, însă nu uscată. Se servește cu diferite legume și mai ales cu varză acră călită. Sosul se servește după ce s-a luat grăsimea.

680. Cotlete de porc la tavă

1 kg cotlete, 2 linguri grăsime, sare, piper.

Se așază în tavă bucata întreagă de cotlete și se frige la fel ca și pulpa. Se taie felii numai cînd se dă la masă și se servește la fel ca și pulpa de porc la cuptor.

681. Cotlete de porc înăbușite

1 kg cotlete, 4—5 cepe, usturoi, 2 linguri grăsime, 1 pahar vin, zeamă de oase, sare, piper.

Se așază într-o cratiță bucata întreagă de cotlete peste cîteva cepe tăiate felii și usturoi. Se dă sare și piper, se toarnă zeamă de oase și un pahar de vin. Se acoperă bine astfel încît să fie bine înfundat și se fierbe în abur, pe plită sau la cuptor (de preferat la cuptor) la foc potrivit. Se servește cu cartofi fierți și salată de varză roșie, sau numai cu varză călită. Se poate servi cu sosul strecurat sau nestrecurat.

682. Cotlete de porc pane

1 kg cotlete, 1—2 ouă, făină, pesmet, 2 linguri grăsime, sare.

Se prepară ca șnițelul vienez (v. 650).

683. Cotlete de porc cu sos picant

1 kg carne, 2—3 cepe, 2 linguri grăsime, 1 lingură făină, 1 pahar vin, zeamă de oase, 1 lingură muștar, 2—3 castraveciori, sare, piper.

Se pune carnea la marinat cu 2—3 zile mai înainte (v. Marinarea p. 237). Se prepară sosul astfel: se înăbușă ceapa cu o lingură de făină. Se stinge înainte de a se colora cu un pahar de vin și dacă este posibil și cu cîteva polonice de zeamă de oase. Se lasă să fiarbă bine și se amestecă cu o lingură de muștar și castraveciori în oțet tăiați cît se poate de fin. În apropiere de ora mesei, se prăjesc cotletele în tigaie și se rumenesc bine fără să se usuce, se așază în farfuria de servit fierbinte și se toarnă deasupra sosul.

684. Pulpă rulată

1 1/2 kg carne, 5—6 ouă, 1/2 kg cîrnat, 2 linguri grăsime, sare, piper.

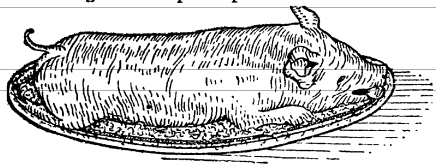
Se prepară la fel ca pulpa de vițel rulată (v. 647).

685. Purcel la cuptor

1 purcel, 2 linguri grăsime, ulei, rom.

Se curăță purcelul, se spală și se dă sare. Se așază în tavă pe bețișoare de lemn. Ca să-și păstreze forma și să se frigă bine și pe dinăuntru, se introduce în purcel o sticlă

goală, curată, Se toarnă pe deasupra purcelului grăsimea încinsă și se dă la cuptor care la început trebuie să fie potrivit de încins. Nu se bagă niciodată purcelul la un cuptor încins de la început, pentrucă i se băşică pielea şi apoi plesneşte. Se lasă să se frigă la cuptor potrivit cam o oră (depinde de mărimea purcelului). În tot acest timp se unge des cu un amestec de ulei şi rom în părţi egale. După ce purcelul a fost bine pătruns, se frige la foc iute, fără să se mai ungă, pentru ca astfel cojiţa să se întărească, să se frăgezească şi să prindă o culoare rumenă, caramelizată. Se lasă astfel pînă ce se termină frigerea.



FRIPTURI DIN CARNE DE PASĂRE

Orice friptură de pasăre este bună numai dacă este fragedă. Se obţine această frăgezime numai dacă imediat după tăiere pasărea este ţinută cu pene cu tot în apă rece 5—6 ore, sau chiar mai mult, dacă pasărea este bătrînă. Curcanul se ţine în apă rece de seara pînă dimineaţa. Curcanul se frăgezeşte mult dacă i se toarnă pe gît 1—2 linguri de alcool cu o oră înainte de tăiere.

686. Pui la frigare

1 pui, unt, sare, usturoi.

Puii se curăţă, se sărează şi se înfig în frigare, leqînd capetele cu sfoară. Se frig aşa cum s-a arătat la p. 193. Puii trebuie să fie bine pătrunşi, dar mustoşi. Înainte de a fi serviţi, fierbinţi încă, se tăvălesc în zeamă de usturoi pisat şi amestecat cu apă (mujdei de usturoi).

687. Pui la cuptor

1 pui, 1 kg cartofi, 2 linguri grăsime, sare.

Se prepară în apropiere de ora mesei. Se aşază puii peste un strat de cartofi tăiaţi bucăţi mari. Dacă puii sînt mici, se frig odată cu cartofii, dacă sînt mai mari, se rumenesc mai înainte şi apoi se aşază cartofii în tavă şi peste ei, puii. Se potriveşte astfel ca nici puiul, nici cartofii să nu se treacă din fript. Se ung din cînd în cînd cu grăsimea

din tavă; cînd sînt aproape fripți, nu se mai ung pentru ca puiul să prindă coajă.

688. Pui pane

1 pui, 1—2 ouă, făină, pesmet, sare.

Puii tăiați în sferturi sau jumătăți se trec în făină, ou, pesmet și din nou în ou, se rumenesc în grăsime amestecată cu ulei bine încins și se servesc fierbinți cu garnitură de legume.

689. Pui umplut

1 pui, 300 g carne de vițel, porc sau numai ficat, 3—4 cepe, 100 g unt, miez de franzelă, sare, piper, usturoi, verdeață, 3—4 ciuperci.

Se prepară umplutura din ficat de vițel sau de porc sau chiar numai din carne de vițel sau de porc. Se taie ceapa, se înăbușă în unt, se adaugă ficatul sau carnea tăiată bucățele. Se lasă să fiarbă înăbușit, picurîndu-se apă sau zeamă de carne. Se trece de două ori prin mașina de carne împreună cu miez de franzelă muiat în lapte și bine stors. Se amestecă apoi cu pier, puțin usturoi, verdeață și dacă este posibil și cu cîteva ciuperci fin tăiate și rumenite. Se umple puiul, se coase, se așază în cratiță cu grăsime, se toarnă 1 pahar de zeamă de carne sau apă și se înăbușă acoperit la cuptor.

690. Pui la tigaie

1 pui, 2 linguri grăsime, sare.

Se taie puii bucăți, se dă sare și se pun în tigaie peste untura cît mai fierbinte, iar imediat după ce s-a format crusta pe ambele părți, se încetinește focul.

691. Piept de găină umplut

1 piept de găină, 1 ficat, 1 pipotă, 1 ou, unt, sare, piper, grăsime, miez de franzelă muiat în lapte.

Se taie pieptul de găină în felii și apoi se prepară umplutura astfel: ficatul, pipota, miez de franzelă muiat în lapte și bine stors, resturile de la piept se trec prin mașina de tocat carne. Se amestecă cu ou și cu o bucățică mică de unt, sare, piper. Fiecare felie de piept se umple cu această umplutură, se rulează, se leagă. Într-un vas se pune multă grăsime (așa ca la gogoși), se scufundă aceste rulouri în

grăsimea bine încinsă, după ce mai întîi au fost tăvălite prin ou și pesmet. Se rumenesc și se servesc fierbinți.

692. Piept de găină pane

Piept de găină, 1 ou, făină, pesmet, sare, 2 linguri grăsime.

Se desprinde carnea de pe os, se taie în felii. Se tăvălește fiecare bucată în făină, ou, pesmet și iarăși în ou și se frige în grăsime încinsă. Se pot prepara pane și pulpele de găină dacă este tînără.

693. Curcan fript

1 curcan, 2 linguri grăsime, sare.

Curcanul trebuie să fie tînăr și gras. Pentru frăgezirea cărnii, cu o oră înainte de a fi tăiat, i se toarnă pe gît 1—2 linguri alcool, iar imediat după tăiere, se ține în apă rece, cu pene cu tot, de seara pînă dimineața. Aceste două procedee sînt fără greș în rezultatele ce se obțin. Un curcan tăiat și de care nu se știe dacă este tînăr sau bătrîn, se învelește în foi de varză acră înainte de a se așeza în tavă. Varza se scoate cînd curcanul este aproape gata fript. Apoi se mai ține curcanul încă la cuptor pînă ce se rumenește, fără să fie stropit, pentru ca să-și formeze o crustă pe deasupra.

În cazul cînd nu se învelește în foi de varză acră, se unge des cu apă rece, ulei și rom în timpul frigerii. Spre sfîrșit, nu se mai unge, pentru ca să se formeze crusta.

Înainte de a-l pune la fript, curcanul se sărează și se unge cu grăsime atît pe dinăuntru cît și pe dinafară.

Se poate servi cald sau rece cu diferite garnituri sau varză acră călită.

694. Gușă de curcan umplută

300 g carne de vițel, porc sau numai ficat, 3—4 cepe, 100 g unt, miez de franzelă muiat în lapte, 3—4 ciuperci, sare, piper, verdeață.

Se prepară umplutura la fel ca la pui umplut (v. 689) și după gust se pot adăuga și cîteva stafide, în acest caz însă, nu se mai pune usturoi

695. Rață la cuptor

1 rață, 2 linguri grăsime, sare.

Se prepară la fel ca puiul la cuptor (v. 687).

696. Boboc de rață pe varză

1 boboc, 1—2 verze, 2—3 linguri grăsime, sare, piper, roșii.

Rața trebuie să fie grasă și tînără, pentru ca să fie fragedă. Se poate prepara fie cu varză dulce, fie cu varză acră. Varza dulce se acrește adăugînd borș sau roșii. Varza acră se desărează spălînd-o în apă rece. Bobocul curățat se opărește cu grăsime încinsă și se dă foarte puțin la cuptor. Varza tăiată mărunt se călește puțin în grăsimea încinsă și se așază în tavă un rînd de roșii la fund și apoi varza. Deasupra se așază rața și se dă apoi la cuptor, avînd grijă să se stropească din cînd în cînd cu apă rece și unt. Se lasă la cuptor pînă cînd rața este bine pătrunsă și varza este bine fiartă.

697. Gîscă la cuptor

1 boboc de gîscă, 2—3 linguri grăsime, sare, piper.

Se prepară la fel ca puiul la cuptor (v. 687).

698. Boboc de gîscă pe varză

1 boboc de gîscă, 1—3 verze, 2—3 linguri grăsime, sare, piper.

Se prepară la fel ca bobocul de rață pe varză.

699. Gît de gîscă umplut

1 gît de gîscă, 300 g carne de vițel, porc sau ficat, 3—4 cepe, 100 g unt, miez de franzelă muiat în lapte, 3—4 ciuperci, sare, piper, usturoi, verdeață.

Se scoate pielea de la cap pînă lîngă piept. Se pregătește umplutura ca la puiul umplut (v. 689). Se umple gîtul, se cos ambele capete, se așază în tava cu grăsime și se dă la cuptor

700. Rață umplută

1 rață, 1½ ceșcuță orez, 1 lingură unt, usturoi, sare, piper.

Se curăță rața ca pentru mîncare. Se prepară umplutura astfel: ficatul, pipota și inima se taie în bucăți, se înăbușă în unt, apoi se adaugă orezul și puțină apă. Se dă numai o undă și se adaugă piperul și sarea necesară. Se umple rața pînă sus și gușa, se coase peste tot și se rumenește pe ambele părți, într-o cratiță cu capac. Se prepară un sos

ostropel cu usturoi mult. Se toarnă peste rață, se mai dau cîteva clocote și apoi se fierbe la cuptor cu grijă, întorcînd rața cînd pe o parte, cînd pe cealaltă.

701. Ficat de gîscă la cuptor

1 kg ficat, 2—3 linguri grăsime, sare.

Este bine ca ficatul de gîscă să se țină cîteva ore în lapte înainte de a fi preparat. Se așază apoi cratița cu untură de gîscă sau unt, se acoperă cratița și se dă la cuptor să se coacă înfundat, stropindu-l din cînd în cînd cu sosul din cratiță. Se dă sare numai cînd este gata, cam după 30—40 minute.

702. Ficat de gîscă cu sos de vin

1 kg ficat, 2—3 linguri grăsime, 3—4 roșii, 1 pahar vin, sare, piper.

Se așază ficatul în cratiță cu grăsime de gîscă sau cu unt, se adaugă cîteva roșii, vin, piper, 1/2 foaie de dafin (facultativ) și se dă la cuptor. Sarea se adaugă după 20 minute, iar peste 30—40 minute, ficatul este gata.

703. Ficat de gîscă prăjit

1 kg ficat, 2 linguri grăsime, sare.

Se dă ficatul prin făină și se prăjește în grăsime bine încinsă, cu grijă să nu se treacă din prăjit. Ficatul trebuie să mustească. Se dă sare numai cînd este gata.

704. Ficat de gîscă la grătar

1 kg ficat, sare, puțin unt.

Se taie felii groase de 2 cm din ficat și se frige la fel ca biftecul (v. 629). Se dă sare numai cînd este gata. Se încearcă cu furculița pentru ca să se știe dacă este gata : cînd nu mai lasă sînge, ficatul se poate servi.

705. Porumbeii

2—3 porumbei.

Carnea de porumbel este o carne tare și se pregătește la fel cu carnea de găină, pilaf, ciulama.

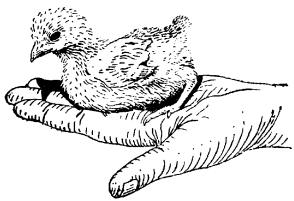
Mai înainte de a le frige penele, puii de porumbel au carnea fragedă și se pregătesc la fel ca puiul de găină (v. 687—690).

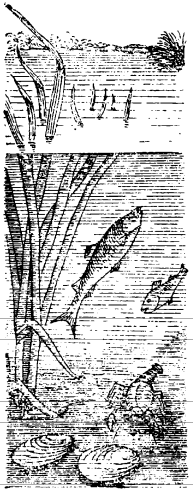
706. Bibilicele

1 bibilică.

Se marinează şi se prepară la cuptor, cu sos de ciulama sau cu sos de smîntînă întocmai ca mîncarea şi friptura de căprioară (v. 787).

Se pot pregăti şi nemarinate, dar sînt mai gustoase şi mai fragede cînd carnea este marinată.

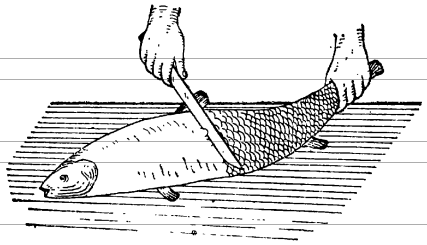




Ar trebui ca peștele să se vîndă numai viu, atît este de important în alimentație gradul de prospețime al acestui aliment. Se cunoaște dacă este proaspăt cînd are urechile roșii, carnea tare pe burtă și ochii foarte limpezi și sticloși. Imediat ce ochii s-au tulburat sau sînt scufundați în orbite, iar urechile sînt vinete, peștele nu mai este proaspăt și este periculos să mai fie consumat.

Curățirea peștelui

Ca să se curețe mai ușor, se crestează cu vîrful cuțitului de-a lungul peștelui pe burtă și pe spate. Apoi, începînd de la cap



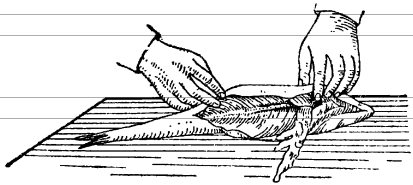
spre coadă, se curăță solzii în sens invers, cîte o mică bucată, astfel încît să nu fie prea mare bucata dinaintea cuțitului. Se curăță cu dosul cuțitului.

Apoi se deschid capacele care acoperă urechile (bronchiile), se vîră degetul sub urechi, se prinde urechea și se trage afară. Se va observa ca degetul să pătrundă în partea dinspre trup, ca să nu se înțepe cine lucrează.

Spintecarea

Spintecarea se face cu grijă ca să nu se spargă fierea. Se așază peștele cu burta în sus. Cu un cuțit cu vîrf ascuțit și subțire se despică peștele pe burtă în sus, ținînd cuțitul cu lama spre intestine, spre a nu se atinge fierea. Se vîră degetul arătător cît mai lipit de pereții pîntecului, se desprind intestinele, și se trag afară cu băgare de seamă, să nu se spargă fierea. Niciodată nu se bagă mîna toată.

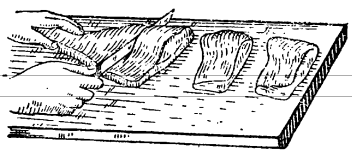
La crap, lin și caras, se mai găsește în gît, spre ceafă, un os triunghiular care lasă un gust amar și care trebuie scos. După aceea peștele se spală foarte bine, astfel încît să se elimine tot sîngele, care dacă ar rămîne înăuntru, ar înnegri peștele la fiert. La cegă, se scoate cu o



furculiță un cartilaj lung, care se află în șira spinării. Se înfige vîrful furculiței la ceafă și se trage cartilajul în sus.

Împărțirea

Dacă se frige, peștele mai mic se pune întreg. Dacă este mai mare se împarte în bucăți. Niciodată capul și coada nu se frig, mai ales la crap. Din aceste bucăți se prepară o ciorbă sau un borș.



Reguli de observat :

Peștele nu se taie decît în momentul cînd se prepară.

Înainte de a-l prepara se ține cu sare o jumătate de oră. Dacă se ține mai mult decît o jumătate de oră, se înroșește.

Nu se ține mai mult timp tăiat în bucăți, fiindcă se alterează foarte ușor, mai ales pe timp călduros și pe timp furtunos. Nu se consumă pește pe timp furtunos, deoarece una din substanțele albuminoide din pește este foarte ușor supusă alterării pe acest timp.

Peștele se păstrează totdeauna la gheață și totdeauna acoperit cu o cîrpă udă, pînă în momentul cînd se prepară.

Peștele congelat își pierde din gust.

Peștele se pune la fiert numai în apă clocotită cu sare și puțin oțet, trăgînd vasul pe marginea mașinii. Se fierbe într-o cantitate cît mai mare de apă, ca să-l acopere bine. Se pune la fiert cu puțin înainte de masă, deoarece peștele fierbe foarte repede. Pentru fierberea peștelui se întrebuințează un vas special, de formă lungă, prevăzut în interior cu un grătar, care este susținut de marginea vasului. Se pune

peștele pe acest grătar, se fierbe și se scoate întreg cu grătarul pe care este așezat.

Dacă se servește rasol rece, se lasă să se răcească în zeama lui.

Peștele slab este mai digestibil.

Peștele gras nu se prepară cu maioneză.

Înainte de a pune peștele la fiert, se crestează puțin pielea, ca să nu pleznească la fiert.

Peștele nu se prăjește în grăsime, ci numai în ulei. În grăsime se moaie, în ulei însă capătă o coajă rumenă și frumoasă.

Bucățile nu se tăvălesc toate odată în făină, ci pe măsură ce s-au tăvălit se pun imediat la prăjit, altfel se face o cocă care se lipește de tigaie.

Dacă peștele este mare, se crestează cînd se pune la grătar. Crapul se despică în două, în lungimea burții și ca să stea desfăcut, se fixează cele două părți cu bețișoare înfipte transversal, și care se scot numai după ce crapul s-a fript.

Peștișorii mai mici se înșiră pe o nuia ca să se frigă toți odată, atunci cînd se frig pe jar.

Scrumbiile se pun la grătar învelite în hîrtie unsă, după ce li s-a pus și în burtă unt amestecat cu zeamă de lămîie și verdeață.

Peștele este un aliment ușor de digerat dacă se consumă foarte proaspăt și dacă prepararea lui nu este prea complicată.

Cu cît este mai simplu preparat, cu atît peștele își păstrează gustul și savoarea lui specială.

Cele mai simple preparate din pește sînt: rasolul și peștele fript la grătar.

Peștele fript la grătar nu se întoarce decît o singură dată de pe o parte pe cealaltă.

Orice pește se poate prepara rasol, prăjit sau la grătar. Sosurile cele mai simple cu care se poate servi peștele se prepară astfel:

Pește cald: unt cald amestecat cu zeamă de lămîie și pătrunjel verde tocat mărunt.

Pește rece: ulei amestecat cu zeamă de lămîie, pătrunjel verde tocat, la care se mai poate adăuga muștar, castraveciori tocați fin și orice alt condiment ca piper, tarhon etc.

CRAPUL

Crapul de apă curgătoare este superior celui de baltă care are un miros de mîl. Cel mai bun este crapul mare, care trece de 3 kg. Crapul se poate pregăti în diferite feluri.

707. Ghiveci de crap

1 crap mare de circa 2 kg, 400 g cartofi, 250 g fasole verde, 1 vînătă, 1 conopidă, 1/2 varză mică, 2 dovlecei, 2—3 ardei grași, 1/2 morcov, 1/2 păstîrnac, 1/2 pătrunjel, 1/2 kg roșii, 4—5 cepe, 1/4 kg mazăre, 1 pahar ulei, piper, verdeață.

Se prepară un ghiveci din toate legumele (v. 129). Peștele se așază deasupra legumelor cînd acestea sînt aproape fierte. Se mai adaugă ulei și se dă la cuptor să scadă.

708. Crap pe varză

1½—2 kg peşte, 1—2 verze, 1 pahar ulei, ½ kg roşii, 2—3 ardei graşi, piper boabe, sare.

Se călește varza, dacă este dulce se adaugă roşii şi puțină apă şi cînd este aproape gata, se așază în tavă, iar pe deasupra se pune crapul crestat pe spate. Se adaugă ulei, puțin vin şi piper, foaie de dafin. Se dă la cuptor, avînd grijă să se întoarcă crapul şi pe o parte şi pe cealaltă.

709. Saramură de crap

1½ kg peşte, sare.

Se frige peştele la grătar, se toarnă o saramură şi se lasă să stea 2—3 ore în saramură. Se serveşte cu mămăliguță.

710. Crap la cuptor cu usturoi

1½ kg peşte, 1 lămîie, 1 pahar ulei, usturoi, piper, sare, ½ kg roşii, 3—4 linguri de vin.

Peştele curățat se lasă ½ oră cu sare, se crestează şi în crestături se pun boabe de piper, usturoi, felii de lămîie, cimbru. Se toarnă pe deasupra ulei, vara se pun roşii, iarna bulion. Se dă la cuptor. Cînd este aproape gata, se picură puțin vin.

711. Crap la proțap (în cuptor)

1½ kg peşte, usturoi, 1 pahar vin, 1 pahar ulei, sare, piper, boia.

Se despică crapul şi se fixează pe beţişoare. Se pune la tavă nesărat, cu ulei foarte mult şi multă boia de ardei dulce. Se dă la cuptor şi cînd începe să sfîrîie, se pune pe deasupra mult pătrunjel tocat fin, usturoi tăiat felioare şi care a fost ţinut din ajun în vin alb şi piper. După ce s-a fript pe trei sferturi, se dă sare. Sarea dată în acest moment face ca peştele să devină pufos. Se stropeşte cu vinul alb în care a fost ţinut usturoiul şi se serveşte cu sosul lui, imediat ce este gata.

712. Borş de crap

1½ kg peşte, 1 l borş, zarzavat de supă, 50 g orez, leuştean, sare.

Vezi p. 496.

713. Plachie de crap

$1\frac{1}{2}$ kg pește, 10 cepe, 1 pahar ulei, 6 roșii sau 3 linguri bulion, 1 pahar vin, piper, sare, foaie de dafin, verdeață.

Peștele curățat se taie bucăți și se lasă să stea cu sare o jumătate de oră. Ceapa tăiată felii foarte subțiri se înăbușă cu ulei și cu roșiile felii sau cu bulion cu sare, piper și apoi se adaugă bucățile de pește, care au stat cu sare. Se dă la cuptor și cînd peștele este pătruns, se pune vinul, foaia de dafin și se mai lasă puțin la cuptor. Se servește rece cu pătrunjel verde tocat și zeamă de lămîie.

Observație: Ceapa trebuie înăbușită pînă ce se topește.

714. Crap cu cașcaval

$1\frac{1}{2}$ kg crap, $\frac{1}{4}$ kg cașcaval, 300 g unt, sare.

Peștele curățat, spălat și lăsat la sare o jumătate de oră, se așază în tavă pe niște bețișoare. Se umple burta cu bucăți de unt și cașcaval ras. Deasupra se pune unt neîncălzit și cașcaval ras. Se dă la cuptor, pînă ce peștele este bine pătruns și frumos rumenit, apoi se servește fierbinte cu unt proaspăt deasupra.

715. Crap cu sos roșu și cașcaval

1 crap de 1 kg, 1 pahar mic de vin, $\frac{1}{2}$ pahar oțet de vin îndulcit cu puțin zahăr, 1 pahar mare ulei, 1 kg roșii, 1 pahar smîntînă, 200 g cașcaval, 1 lingură unt proaspăt, 1 lingură unt topit, 1 ceapă tăiată peștișori, sare, piper, foaie de dafin.

Peștele curățat și spălat se lasă o jumătate de oră cu sare. Se așază apoi în tavă cu roșiile tăiate felii, ceapa tăiată peștișori, untul topit și cel proaspăt, uleiul, vinul, oțetul de vin, sare, piper, foi de dafin, 100 g cașcaval ras. Se dă la cuptor și cînd peștele este bine pătruns și rumenit se așază pe farfuria de servit. Deasupra se toarnă sosul în care a fiert, strecurat prin sită. Se toarnă apoi smîntîna și restul de cașcaval ras. Se mai dă la cuptor o jumătate de oră să se rumenească. Se servește fierbinte cu unt proaspăt pe deasupra.

716. Crap umplut

1 crap, 7—8 cepe, $\frac{1}{4}$ kg ulei, 2 lămîi, miez de franzelă, 5—6 linguri nuci pisate, verdeață, sare, piper, boia.

Peștele se curăță, se spală și se lasă să stea cu sare o jumătate de oră. Apoi se umple cu următoarea compoziție:

ceapa tăiată mărunt se înăbuşă cu uleiul încins şi se amestecă cu miezul de franzelă muiat în lapte şi bine stors, cu nucile pisate, sare, piper, verdeaţă tocată mărunt; cine doreşte poate pune şi stafide. După ce s-a umplut peştele, se coase şi se aşază în tavă pe nişte beţişoare, se freacă cu boia şi se toarnă deasupra restul de ulei încins. Se dă la cuptor şi cînd peştele este aproape gata, se toarnă zeamă de lămîie.

717. Crap cu roşii

$1\frac{1}{2}$ kg peşte, 1 kg roşii, verdeaţă, 1 lingură unt sau 1 pahar ulei, sare, piper, verdeaţă.

Se aşază în cratiţă un rînd de roşii şi verdeaţă. Deasupra se pune peştele tăiat bucăţi şi apoi un alt strat de roşii, verdeaţă şi sare. Se pune unt şi se dă la cuptor. Se mai poate prepara şi cu ulei şi se serveşte rece.

718. Marinată de crap

2 kg peşte, 1 pahar ulei, 2—3 cepe, usturoi, $\frac{1}{2}$ kg roşii, sare, piper, oţet, făină, boia, foi de dafin, ienibahar.

Se curăţă peştele, se spală, se taie bucăţi şi se lasă să stea o jumătate de oră cu sare. Se zvîntă într-o cîrpă curată, se tăvăleşte prin făină amestecată cu boia de ardei şi se prăjeşte în ulei încins. Se rade ceapa, se amestecă cu făină şi sare, 1—2 căpăţîni de usturoi tăiat felii, bulion sau roşii, se toarnă deasupra ulei rece şi se înăbuşă, fără să se prăjească, picurînd din timp în timp oţet. Se potriveşte de acru, adăugîndu-se apa necesară, piperul, foile de dafin, ienibaharul şi se lasă să fiarbă bine. După ce a fiert, se adaugă bucăţile de peşte prăjit, se mai lasă să clocotească şi se serveşte rece cu felii de lămîie.

Observaţii:

Pentru a prepara o marinată mai digestibilă, se suprimă făina de la prăjitul peştelui, iar peştele se frige la grătar.

Se poate prepara marinată şi cu sos de roşii (v. 92).

Această marinată este cît se poate de gustoasă, dar nu se poate păstra mai mult de 2—3 zile.

Pentru a-i da vitamine, se stoarce zeamă de lămîie pe deasupra cînd este rece.

719. Crap prăjit

$1\frac{1}{2}$—2 kg peşte, ulei, sare.

Peştele curăţat de solzi şi de intestine, se spală şi se taie felii potrivit de mari. Dacă peştele este mare, atunci

fiecare bucată se taie în două pe spinare. Se dă sare, se zvîntă bucăţile într-o cîrpă curată, se tăvălesc în făină amestecată cu boia de ardei şi se prăjesc în ulei încins, la foc potrivit. Se aşază în farfurie şi se toarnă pe deasupra sosul în care s-a prăjit, amestecat cu zeamă de lămîie şi piper.

720. Crap cu arpagic

1½ kg peşte, 1 kg arpagic, 200 g ulei, 1 lingură făină, 1 pahar mare de vin, sare, piper, pătrunjel verde, usturoi, ½ foaie de dafin.

Se opăreşte arpagicul curăţat, se prăjeşte în cratiţă cu ulei, se adaugă o lingură bună de făină, se stinge cu un pahar mare de vin, se mai adaugă piper, sare, usturoi pisat, ½ foaie de dafin, pătrunjel verde mult. Se lasă să dea cîteva clocote, se adaugă peştele tăiat bucăţi, se acoperă cratiţa şi se fierbe înăbuşit. Dacă sosul este prea scăzut şi peştele nu este încă pătruns, se mai adaugă vin.

721. Crap umplut cu ciuperci

1½—2 kg peşte, 2—3 cepe, miez de franzelă muiat în lapte, lapţi de peşte, 7—8 ciuperci, usturoi, pesmet, 2 ouă, 1 pahar vin, 3 linguri unt, sare, piper.

Umplutura se prepară astfel: se înăbuşă ceapa tăiată fin, se amestecă cu miez de franzelă muiat în lapte şi stors, piper, lapţii (dacă sînt) sfărîmaţi cu furculiţa, pătrunjel verde, usturoi tocat, puţin pesmet şi ciuperci tăiate felii şi înăbuşite în unt, un ou întreg şi altul fiert şi tăiat mărunt. Se umple peştele, se coase şi se aşază în tavă cu unt. Se toarnă deasupra un pahar cu vin şi se rumeneşte la cuptor.

722. Crap umplut cu orez

1½—2 kg peşte, 2—3 cepe, ceşcuţe orez, 7—8 ciuperci, 1 pahar ulei sau 3 linguri unt, sare, piper, 1 pahar vin.

Umplutura se prepară astfel: se rumenesc 2—3 cepe, se adaugă orezul, se rumeneşte şi orezul şi se adaugă apă fierbinte. Se lasă să fiarbă, dar nu complet. Se adaugă piper, sare şi ciuperci tăiate şi rumenite în unt. Se umple peştele (v. 716) şi se aşază în tavă cu ulei sau unt. Se toarnă 1 pahar de vin şi se frige la cuptor stropindu-l mereu.

723. Crap la grătar

1½—2 kg peşte, sare, ulei.

Peştele mic se frige întreg, cel mare tăiat bucăţi mai groase.

Se unge cu ulei şi se frige la foc potrivit.

724. Salată de icre de crap

200 g icre, 1 pahar ulei, 1 lămîie, ceapă.

Icrele se pun într-un castron deasupra unui vas cu abur, ca să-şi schimbe culoarea. Se aleg bine pieliţele cu o furculiţă, se dă sare şi apoi se iau de pe abur şi se bat bine cu ulei, ca maioneza. La urmă se adaugă zeama de lămîie, iar ca să fie mai tari, se adaugă un bob de sare de lămîie, dizolvată în puţină apă rece. Se mai bat puţin şi se aşază pe farfurie. Se fac garnituri cu şpriţul şi se ornează cu măsline tăiate în formă de rozetă. Cine doreşte adaugă la icre şi puţin miez de franzelă muiat şi bine stors, cum şi ceapă tocată fin, după gust.

Cum se drege o salată de icre. Se lasă pînă ce se alege uleiul. Se scurge apoi uleiul, iar restul de icre se amestecă cu miez de franzelă muiat în lapte şi bine stors. Se bat picurîndu-se uleiul scurs.

Pentru a da salatei un aspect de bob întreg, nu se bate toată cantitatea de icre. Se opreşte mai puţin de un sfert din cantitate şi aceasta se adaugă atunci cînd salata este gata şi nu se mai bate.

ŞALĂUL

Salăul fiind un peşte slab de apă dulce convine persoanelor suferinde.

Se poate prepara rasol, prăjit, cu sos de unt, lămîie, verdeaţă, cu maioneză, ciuperci, sos alb.

725. Rasol de şalău cald

1½—2 kg şalău, 1 morcov, 1 pătrunjel, 2 cepe, sare, 1 foaie de dafin, piper, 200 g unt, verdeaţă, sare de lămîie.

Se fierbe peştele în apă clocotită cu sare, în care a fiert mult zarzavat, piper şi foi de dafin. Înainte de a se pune peştele, se adaugă în apă o lingură de oţet. Se serveşte cald cu unt încălzit amestecat cu zeamă de lămîie şi

verdeață tocată fin. Sosul se toarnă peste peștele fierbinte, imediat ce s-a scos din zeamă. Se servește cu zarzavatul în care a fiert, ca garnitură.

726. Rasol de șalău rece

$1\frac{1}{2}$ kg pește, 1 morcov, 1 păstîrnac, 1 pătrunjel, 2—3 cepe, ulei, verdeață, oțet sau maioneză.

După ce a fiert peștele așa cum am arătat în rețeta precedentă, se lasă să se răcească în zeama lui și apoi se servește alături de zarzavatul în care a fiert, turnîndu-se un sos simplu de oțet, ulei și verdeață ; se mai poate servi cu sos de muștar sau maioneză subțiată, care se adaugă după ce peștele s-a răcit.

727. Șalău cu maioneză

$1\frac{1}{2}$ kg pește, maioneză, măsline, pătrunjel verde, gogoșari, ouă fierte.

După ce a fiert peștele (v. 725) se lasă să se răcească în zeama lui. Se scot oasele, se stropește cu zeamă de lămîie, se așază în farfurie în formă de pește și se îmbracă în maioneză cu diferite garnituri din măsline, crenguțe de pătrunjel, castraveciori și gogoșari felii, ou fiert etc.

728. Șalău cu salată rusească

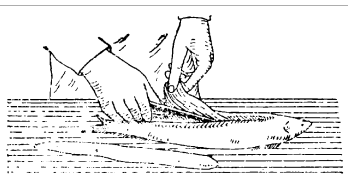
Salată rusească, $1\frac{1}{2}$—2 kg pește.

Șalăul fiert rasol se așază pe o farfurie peste un strat de salată rusească (v. 124). Se îmbracă în maioneză cu diferite garnituri de măsline, ou fiert, gogoșari, castraveciori etc.

729. Șalău cu ciuperci

1 kg pește, $\frac{1}{4}$ kg ciuperci, 200 g caşcaval, 1 pahar smîntînă, 1 pahar lapte sau zeama în care a fiert peștele, 2 linguri făină, 2 linguri unt, sare.

Se scot fileuri din pește, se așază într-un vas care rezistă la cuptor, peste un strat de sos alb pentru pește (v. 83) amestecat cu smîntînă, un strat de caşcaval ras și bucățele, un strat de ciuperci înăbușite cu bucăți de unt. Se acoperă peștele cu sos alb



ciuperci, caşcaval şi smîntînă. Se dă la cuptor să se rumenească, se serveşte fierbinte în acelaşi vas. Prepăratul acesta se poate face şi din resturi de peşte. În momentul cînd se serveşte se mai adaugă unt proaspăt.

730. Şalău cu caşcaval şi smîntînă

$1\frac{1}{2}$ kg şalău, $\frac{1}{2}$ kg smîntînă, 300 g caşcaval, 2 linguri unt, 1 lingură făină, sare.

Se fierbe peştele şi se înlătură oasele. Se unge cu unt vasul care merge la cuptor, se aşază fileurile de peşte, presărînd printre rînduri caşcaval tăiat cuburi mici. Se toarnă deasupra smîntînă amestecată cu făină şi pe deasupra caşcaval ras şi o parte din unt. Se dă la cuptor. Se serveşte fierbinte cu unt deasupra.

SOMNUL

Trăieşte numai în rîurile mari şi nu are oase decît pe şira spinării. Are carnea slabă de la cap pînă la jumătatea corpului şi foarte grasă spre coadă.

Pentru că are un miros neplăcut de mîl, se curăţă astfel: se freacă bine cu cenuşă de la coadă spre cap pînă ce se face pielea albă. Se spală în multe ape reci şi apoi se scot maţele şi urechile.

La fel se procedează cu toţi peştii care au miros de mîl.

Somnul se prepară rasol cu usturoi, rasol cu ulei şi oţet, rasol cu maioneză, prăjit, la grătar etc.

731. Pană de somn

$1\frac{1}{2}$ kg peşte, sare, usturoi, ulei, oţet.

Se prepară din somn proaspăt sau sărat. Cel mai bun este preparatul cu peşte proaspăt. Se sărează şi se lasă pînă a doua zi. Se fierbe rasol. Se aşază pe farfurie şi cînd este încă fierbinte se toarnă peste el ulei şi apoi usturoi pisat, îndoit cu zeama în care a fiert peştele, şi oţet după gust (strecurat).

732. Pană de somn din peşte sărat

$1\frac{1}{2}$ kg peşte, ulei, usturoi.

Se prepară la fel ca şi din peşte proaspăt. Se desărează din ajun, punîndu-se în apă căldicică — niciodată fierbinte. Se fierbe cu zarzavat mult, care ajută la desărare. Se toarnă peste el ulei şi usturoi.

733. Pilaf cu pană de somn sărat

4—5 ceşcuţe orez, 7—8 bucăţi peşte, 1 ceaşcă ulei, sare, piper.

Se desărează peştele. Se înăbuşă orezul cu ceapa tăiată mărunt în ulei şi cu puţină apă. Cînd orezul este pe jumătate fiert, se adaugă peştele şi se lasă să mai dea cîteva clocote pînă ce orezul este bine fiert. Se serveşte rece.

NISETRUL

Este un peşte gras. Se curăţă astfel: se scot solzii cei mari de pe şira spinării sau dacă ies greu se pot lăsa. Se pune la fiert şi apoi se curăţă toată pielea. Rămîne alb şi frumos.

Se poate prepara la grătar, rasol cu sos de unt şi lămîie, marinată, ghiveci etc.

734. Rasol de nisetru

$1^1/_2$ kg nisetru, 1 morcov, 1 pătrunjel, 2 cepe, lămîie, 200 g unt, 2—3 linguri sos maioneză, verdeaţă, sare, piper.

Se prepară la fel ca rasolul de şalău rece (v. 726) cu deosebirea că, fiind peşte mare, se fierbe în bucăţi, care după ce s-au răcit se taie în felii subţiri. Se aşază pe farfurie cu sos de maioneze subţiat, sau cald, cu sos de lămîie sau cu unt şi verdeaţă.

735. Marinată de nisetru

Se prepară la fel ca marinata de crap (v. 718).

736. Zacusca de nisetru

Vezi 757.

737. Nisetru la grătar

$1^1/_2$—2 kg nisetru, 100 g unt, 2 lămîi, sare, piper.

Nisetrul curăţat de solzi şi de piele se taie în bucăţi rotunde cam de 2 cm grosime. Se sărează şi se lasă cam $^1/_2$ oră. Se şterge cu o cîrpă, se unge cu ulei şi se pune pe grătarul bine încins la foc potrivit. Se serveşte fierbinte cu unt şi verdeaţă tocată mărunt, o felie de lămîie pe deasupra şi cu zeamă de lămîie.

738. Nisetru prăjit

Aceleași cantități ca la 737, în plus un ou, făină,

Nisetrul, pregătit ca la rețeta precedentă, se prăjește pe o parte și pe cealaltă în tigaie, în unt sau în ulei. Se poate prăji tăvălit în făină sau netăvălit. Se servește fierbinte cu felii de lămîie și cu zeamă de lămîie pe deasupra.

739. Nisetru pane

Aceleași cantități ca la 737, în plus un ou, făină, pesmet, ulei.

Bucățile de nisetru pregătite, sărate și șterse cu cîrpa, se tăvălesc în făină, în ou, în pesmet și iar în ou. Se prăjesc în ulei încins bine, însă la foc slab. Se servesc cu felii de lămîie sau cu salată verde.

PREPARATE DIN ALȚI DIFERIȚI PEȘTI

740. Morunul

Morunul este un pește slab și mai puțin gustos decît nisetrul. Se pregătește la fel ca și nisetrul.

741. Mreana

Pește de apă dulce curgătoare, mult asemănător cu șalăul, se prepară la fel ca și șalăul (v. 725—730).

742. Cega

Cega se curăță astfel : se spală, se pîrpălește pe mașină pe o parte și pe cealaltă. Apoi i se scoate pielea cu solzi cu tot foarte ușor.

Din cegă se poate prepara rasol cald (v. 725) servit cu zeamă de lămîie și ulei sau unt, verdeață ; rece (v. 726) cu sos de muștar ; marinată (v. 718) și la grătar (v. 723).

Icrele negre provin de la cegă, nisetru și morun.

743. Știucă umplută

$1^1/_2$ kg știucă, 2—3 cepe, miez de franzelă, 1—2 ouă, $^3/_4$ pahar ulei, pătrunjel verde, sare, piper, zeamă de lămîie, zarzavat de supă.

Se taie pielea în jurul gîtului și lîngă aripi, se trage în jos cu băgare de seamă ca să iasă întreagă. Se ia carnea de pe oase și se trece de 2—3 ori prin mașina de tocat carne împreună cu 1—2 cepe rumenite în unt, miez de franzelă muiat în lapte. Această compoziție se freacă cu ulei pînă ce se albește și apoi cu 1—2 ouă crude întregi,

pătrunjel tocat fin, piper, sare, zeamă de lămîie. Se umple pielea de peşte nu prea tare ca să nu plesnească, se coase şi se pune la fiert în zeama în care a fiert zarzavatul şi oasele cu capul. Se fierbe la foc iute. Se lasă să se răcească în apă în care a fiert pentru a căpăta gustul zarzavatului. Se serveşte rece.

744. Ştiucă umplută la tavă

Aceleaşi cantităţi ca la reţeta precedentă.

Ştiuca se umple aşa cum am arătat în reţeta precedentă, se unge cu ulei, se aşază în tavă cu ulei mult şi cu puţină apă. Cuptorul nu trebuie să fie prea tare încins, ca să nu crape pielea. Cuptorul se întăreşte pe măsură ce se rumeneşte peştele. Se stropeşte mereu cu sosul din tavă, iar cînd este gata, se ridică imediat şi se aşază pe farfuria de servit.

745. Calcanul

Calcanul este un peşte de mare cu corpul lat, turtit şi cu amîndoi ochii pe o parte a corpului. Nu are oase decît pe şira spinării. Are o carne albă, dulce, foarte gustoasă şi fără miros de peşte. În loc de solzi calcanul are un fel de plăci osoase (negi) care se scot cu piele cu tot, dacă se moaie peştele în apă fierbinte. Este singurul peşte care se poate prăji în unt. Este fin şi gustos. Cu cît este mai mare cu atît este mai cărnos. Se prepară prăjit (v. 719), rasol (v. 725), sau la cuptor cu ciuperci şi cu sos alb ca şalăul (v. 729).

746. Rîndunica de mare sau peştele zburător

Se găseşte rar. Este un peşte delicios şi se prepară rasol, cald sau rece (v. 726), cu maioneză sau cu sos de lămîie şi ulei.

PEŞTI MICI

747. Linul

Peşte de baltă, trebuie opărit şi curăţat de solzi cu piele cu tot. Se prepară rasol şi prăjit.

748. Plătica

Peşte de baltă cu solzi argintii. Se prepară numai la grătar şi nu se curăţă de solzi. Saramura de plătică este foarte gustoasă (v. 709).

749. Bibanul

Se prepară cu saramură (v. 709).

750. Scrumbiile

Scrumbiile sînt de două feluri: de apă dulce și de mare. Nu au solzi. Se spală și nu se sărează înainte de a se pregăti, ca să nu se moaie. Se pot prepara la grătar, învelite în hîrtie unsă. Se servesc cu unt sau ulei, zeamă de lămîie și verdeață.

751. Chefalul

Pește de mare asemănător cu scrumbia. Se prepară rasol, cu unt și zeamă de lămîie. Dacă se afumă se poate păstra mai mult timp. Este foarte bun și fript la grătar, servit cu zeamă de lămîie sau cu saramură.

752. Guvizii

Pește de mare cu capul mare față de trup. Se prepară prăjiți în ulei după ce au fost tăvăliți în făină. Sînt foarte gustoși.

753. Păstrăvul

Este un pește fin și rar. Pentru acest motiv este socotit regele peștilor. Trăiește în apele curgătoare reci și mai ales în regiunile de pădure și de munte. Se prepară rasol și prăjit. Afumat se poate păstra mai multă vreme.

754. Țiparul

Trăiește în apă dulce și de mare. Este un pește lung, subțire și cu solzi sclipitori. Carnea lui este foarte gustoasă. Se prepară prăjit în ulei.

755. Obleții

Se prepară nespintecați, afară de cei mai mărișori, care se taie sub gușă, se apasă pîntecele, ca tot ce este înăuntru să iasă prin tăietură, mai ales că uneori au nisip în burtă. Se spală cu apă rece. Se freacă între palme și astfel se curăță de solzi și de orice s-ar mai găsi în interior. Se prepară ciorbă sau prăjiți.

Toți peștișorii mici, de mare sau de baltă, se pergătesc prăjiți în ulei mult și se mănîncă întregi.

756. Pește în aluat

1 kg pește, 3—4 cepe, 200 g ciuperci, 3—4 ceșcuțe orez, piper, sare, verdeață, 2—3 ouă, 3 linguri grăsime sau unt.
Pentru cocă: 300 g făină, 150 g unt, 1 lingură oțet, sare.

Se prepară o cocă, fie aluat franțuzesc, fie un alt aluat preparat din făină, unt și oțet.

Se înăbușă bine de tot 3—4 cepe, se adaugă apoi 200 g ciuperci și se continuă înăbușirea, picurînd cîte puțină apă. Se mai adaugă 3—4 ceșcuțe orez și zeama necesară (număr dublu de ceșcuțe) și se dă la cuptor. După ce este gata orezul, se amestecă cu piper, sare, pătrunjel tocat și 2—3 ouă fierte tari și tăiate bucățele. Se întinde coca cît mai subțire. Se așază foaia în tavă și se pune la mijloc un strat de orez, apoi un altul de pește și se continuă astfel pînă ce se termină. Se strîng marginile aluatului și se închide compoziția în cocă. Se unge cu ou. Se dă la cuptor potrivit.

Foaia de aluat se poate așterne într-o formă sau într-o cratiță cu umplutura la mijloc, se adună apoi marginile, se unge cu ou și se dă la cuptor. Din coca rămasă se taie diferite forme, flori, pătrate, fișii care se aplică pe deasupra, formînd astfel o garnitură. Se servește fierbinte.

757. Zacuscă de pește (nisetru, șalău, morun)

Pentru cocă: 300 g făină, 150 g unt, 1 lingură oțet, măsline, 1/4 kg arpagic, foi de dafin, piper, sare, 3 lămîi, 1 pahar vin.

Se taie peștele bucăți, se dă sare și se prăjește. Dacă zacusca se consumă imediat, peștele se trece prin făină, dacă se păstrează mai multă vreme, peștele nu se mai dă prin făină. Se taie ceapa mărunt și se înăbușă cît mai mult. Măslinele se pun la desărat, arpagicul se rumenește, roșiile se trec prin mașina de carne, lămîile se curăță de coajă și se taie felii, morcovii se fierb și se taie felii rotunde. Se strecoară ceapa și roșiile, se adaugă măslinele, arpagicul rumenit, morcovii, vinul sare și piper. Se lasă să dea cîteva clocote, apoi se adaugă bucățile de pește. Se lasă să mai fiarbă fără să se sfărîme, apoi se adaugă foile de dafin, boabele de piper, feliile de lămîie și se stoarce și o lămîie. Se potrivește de sare și se lasă să se răcească.

758. Salată de heringi

1 hering mare, 2 cartofi fierți, 1 măr mare domnesc, ½ pahar ulei.

Peștele se desărează din ajun, se curăță de piele și de oase și se dă prin mașina de tocat. Cartofii fierți se dau de asemenea prin mașina de tocat. Se freacă peștele, cartofii și mărul ras cu 1—2 linguri ulei pînă ce devin ca o maioneză. Se așază pe farfurie și se ornează cu măsline, gogoșari etc.

759. Salată de heringi cu cartofi

Aceleași cantități ca la rețeta precedentă, în plus 1 gogoșar, 10—12 măsline.

Heringii se desărează bine din ajun, se scot icrele sau lapții (care se prepară separat ca salată de icre sau de lapți), se taie bucăți nu prea mari și se amestecă apoi cu cartofi fierți tăiați bucățele, cu ceapă tăiată felii, măsline, gogoșari. Se toarnă deasupra un sos de ulei și muștar.

760. Salată din resturi de pește sau de carne

Din orice resturi de carne fiartă sau de pește se poate prepara o salată foarte gustoasă. Carnea tăiată pătrățele se amestecă cu zarzavat fiert, gogoșari, castraveți acri, andive, verdeață și se toarnă pe deasupra un sos de muștar sau maioneză.

PREPARATE DIN RACI, MELCI, SCOICI, CARACATIȚĂ

RACII

Racii trăiesc în rîuri și bălți.

Crevetele sînt un fel de raci mici de tot.

Homarii sînt raci mari, de 1—2 kg.

Racii se prepară numai vii și sînt foarte periculoși dacă nu se respectă această condiție. Se aleg raci din cei mai negricioși și mai mari. Cei cenușii sau verzui nu se înroșesc la fiert. Se pot păstra vii în pivniță, ținuți într-un coșuleț în care s-au pus fire de iarbă sau urzici. Pe timp furtunos racii mor. Dacă vrem să-i ținem mai multă vreme, trebuie să le dăm carne.

761. Fierberea racilor

Racii se spală vii unul cîte unul, frecîndu-i de noroi și gunoaie cu o perie. Racul se apucă cu degetul mare și cel arătător de spinare, ca să nu prindă mîna cu foarfecele lui.

După ce s-au spălat foarte bine, li se scoate intestinul care se află de-a lungul cozii (v. 302). Pe măsură ce se scot intestinele, racii se aruncă imediat într-o oală cu zeamă de zarzavat clocotită cu sare în care au fiert: ceapă, usturoi, chimen, vin, zarzavaturi. Racii se aruncă imediat în apă clocotită după ce li s-a scos intestinul pentru a coagula substanțele albuminoase și a închide toate sucurile cele mai delicioase înăuntru. Altfel s-ar scurge afară. Vasul în care se fierb racii trebuie să fie mare și racii să fiarbă în lichid suficient. Nu trebuie să fie înghesuiți. Se acoperă vasul și se lasă să fiarbă 20 minute. În acest timp ei capătă o culoare roșie. Se scot pe o farfurie și se lasă să se răcească.

762. Supă de raci

25—30 raci, 1 l zeamă de carne, 2 ouă, piper, făină, sare, pătrunjel verde.

Se prepară cu supă de vacă. Racii fierți se curăță de coajă. Se rup cozile și foarfecele. Cojile se pun la cuptor să se usuce. Se alege carnea, se toacă mărunt, se pune într-un castron și se amestecă cu două ouă crude, piper și făină, pînă ce se face o pastă ca de găluști. Este bine să se pună mai întîi gălbenușurile și apoi albușul spumă. Cojile uscate se sfărîmă și se prăjesc în unt. Se sting cu supă de vacă și se fierb pînă ce se colorează supa, cam 20 minute. Se strecoară. Din pasta de raci se fac găluștele, mici, rotunde, care se pun în supă. Se servește cu pătrunjel verde tocat fin.

763. Raci umpluți

40—50 raci, 2—3 cepe, 200 g ciuperci, 50 g miez de franzelă, 1 lingură unt sau 3 linguri ulei, 1 lingură vin alb, sare, piper.

Se fierb racii (v. 761), se scoate carnea (cozile și picioarele). Se separă crustele de la spate, iar restul crustei se usucă la cuptor, se pisează, se prăjesc în unt sau ulei, se sting cu zeamă de carne și se fierb pînă se obține o supă concentrată.

Se taie ceapa, se înăbușă în unt sau în ulei, turnînd puțin cîte puțin supă, și cînd ceapa este bine scăzută, se amestecă cu miez de franzelă muiat în lapte sau în supă și bine stors. Se trece totul de două ori prin mașina de carne și se freacă apoi cu sare, piper și vin. Se așază un strat de umplutură în crustele oprite, apoi carnea de la gîturi, etc.

și se acoperă cu compoziția de umplutură. Se presară pesmet și se dau la cuptor. Se servesc reci dacă se prepară cu ulei și calzi dacă se prepară cu unt.

764. Rasol de raci

25—30 raci, usturoi, sare, 1 morcov, 1 păstîrnac, 1 pătrunjel.

Racii fierți se așază pe farfurie și se servesc cu usturoi pisat și amestecat cu zeama în care au fiert racii. Se mai servesc și cu zarzavatul în care au fiert.

765. Salată de zarzavat cu raci

25—30 raci, maioneză, 1 morcov, 1 păstîrnac, 1 pătrunjel, sare.

Se prepară o maioneză care se amestecă cu zarzavatul în care au fiert racii. Se servește cu gîturi de raci.

766. Scordolea de raci

50—60 nuci, 3—4 căței de usturoi, 4—5 linguri ulei, 1 felie de franzelă, oțet sau vin alb.

Nucile trecute prin mașină, usturoiul, uleiul, miezul de franzelă bine muiat în zeama de raci, sare, se pun într-un vas de porțelan și se freacă mult cu ulei pînă ce se albesc și devin ca o cremă. Se trec apoi prin sită, se adaugă puțin oțet de vin sau chiar vin. În cazul cînd compoziția s-a îngroșat prea mult, se subțiază cu zeamă de carne sau de raci. pînă ce devine ca o maioneză. Se amestecă mult, pînă se face spumoasă ca o cremă. Se servește așezată pe farfurie în diferite forme, garnisită cu gîturi de raci.

767. Unt de raci

Coji de raci, unt, sare.

Cojile de raci, rămase de la diferite preparate, se usucă în cuptor, se pisează, se freacă cu unt proaspăt, se trec prin sită, se mai freacă pînă se fac spumă. Se servește pe farfurie sau pe pîine, ca sandvișuri.

MELCII

Melcii se consumă mai mult în luna martie, cînd încă nu au ieșit din căsuță și deci nu au început să mănînce. Dacă au apucat să iasă afară înainte de a-i prepara, se închid într-un coșuleț și se lasă 10—15 zile să rabde de foame. Pentru a avea melci și iarna, se strîng de toamna, cînd s-au închis în căsuța lor, se îngroapă în nisip în pivniță.

Curățirea melcilor

Melcii se pun într-un vas cu apă rece și se freacă bine ca să li se scoată tot pămîntul, schimbîndu-se apa de 7—8 ori pînă ce rămîne curată. Se lasă pe o sită să se scurgă bine și apoi se așază într-un vas în care s-a pus sare grunjoasă (doi pumni la patru duzini de melci) și un pahar de oțet. Se lasă să stea 2—3 ceasuri, învîrtindu-i din cînd în cînd. Oțetul și sarea ajută să scoată toată materia vîscoasă din melci. Se poate recunoaște fiindcă are aspectul de spumă. Pentru ca să iasă și mai bine toată această materie vîscoasă, se toarnă apoi apă în vasul în care au stat în sare și oțet și se pun pe mașină. Se fierb 10 minute, apoi se scurg, se spală din nou în 2—3 ape reci. Dacă sînt astupați se înțeapă și se scoate pojghița cu vîrful unui cuțit, înainte de a le da sare.

768. Rasol de melci

50 melci, 2—3 cepe, piper boabe, foaie de dafin, sare.

Se fierbe apa cu 2—3 cepe, boabe de piper, o foaie de dafin, sare și apoi se aruncă melcii înăuntru, curățați așa cum am arătat mai sus. După ce au fiert o oră, melcii încep să iasă din căsuța lor și aceasta înseamnă că sînt gata. Se scot pe o farfurie, se acoperă ca să stea fierbinți și se servesc cît mai fierbinți cu hrean ras, amestecat cu sare, ulei și oțet.

769. Melci cu unt la cuptor

40 melci, 150 g unt, 2 cepe, 3 căței de usturoi, 2 legături pătrunjel verde, 1—2 linguri pesmet, 2 linguri vin alb, sare, piper

Se curăță și se fierb melcii ca mai sus. Se taie ceapa cît mai mărunt, se înăbușă cu o lingură de unt și cînd este bine scăzută, se adaugă melcii, usturoiul pisat, sare și piper. Se unge cu unt vasul care merge la cuptor, se presară pesmet deasupra, se așază melcii, o parte din unt și pătrunjelul tocat, se stropesc cu vin și se dau la cuptor 10—15 minute. Se servesc fierbinți cu restul de unt proaspăt deasupra.

770. Melci în halat

40 melci, 2 linguri făină, 1 ceașcă lapte, 1 ou, 1 lingură ulei, grăsime sau ulei pentru prăjit.

Se curăță și se fierb melcii ca mai sus, se înăbușă cu o lingură de ulei. Se prepară un aluat de clătite care se lasă să stea 2—3 ore. Cu cîteva minute înainte de masă se tăvălesc cîte 5—6 melci în aluat și se prăjesc la foc moale, în ulei bine încins. Se servesc fierbinți, cu pătrunjel verde deasupra și, după gust, cu zeamă de lămîie.

La noi în țară se găsesc scoici cu căpăcele negre. Se pregătesc numai vii ca și racii, deoarece dacă nu se respectă această condiție, pot provoca intoxicații grave, chiar moartea. Se încearcă astfel scoicile dacă sînt sau nu vii: se ciocănesc cu cuțitul cînd capacele sînt întredeschise și dacă în urma ciocănăturii scoica și-a închis capacul, înseamnă că este vie. Mai sigur este să se folosească numai scoicile cu capacele închise, care au și avantajul de a-și fi păstrat înăuntru apa lor, care le dă un gust deosebit.

Curățirea scoicilor

După ce li s-a făcut controlul, așa cum am arătat, scoicile se spală frecîndu-le bine de noroi și de alte murdării ce s-ar găsi pe capace. Se spală astfel în vreo 5—6 ape, pînă ce apa iese curată. Astfel spălate se pot prepara.

771. Scoici în aluat

30—40 scoici, 2—3 linguri făină, 1 ceașcă lapte, un ou, 1 lingură ulei, sare, grăsime sau ulei pentru prăjit.

Se curăță și se fierb scoicile după cum s-a arătat mai sus. Se strecoară și se lasă să se zvînte. Se prepară o compoziție de clătite din cantitățile de mai sus, se tăvălesc cîte 4—5 scoici în această compoziție și se prăjesc la foc moale, în grăsime bine încinsă. Se servesc stropite cu zeamă de lămîie.

772. Pilaf de scoici

50—60 scoici, zarzavat de supă, usturoi, 4 ceșcuțe orez, 2 cepe, ½ pahar ulei sau 2—3 linguri unt.

Scoicile curățate se aruncă într-un vas cu apă clocotită cu sare, usturoi, zarzavat. Se fierb în apă multă. Cînd s-a deschis capacul înseamnă că fierberea s-a terminat și nu se mai lasă pe foc decît 5—6 minute, deoarece carnea lor se întărește ca o gumă și se îngălbenește dacă se fierb mai mult decît trebuie, iar dacă nu au fiert suficient, nu se dezlipesc de pe capac. Carnea lor trebuie să fie albă. Fierte suficient, se scot și cu o furculiță se trage carnea, ținîndu-le deasupra farfuriei, pentru ca zeama să nu se piardă, ci să se scurgă pe farfurie. Se prepară un pilaf cu orez, ceapă și ulei bine înăbușite, fiert cu zeama în care au fiert scoicile și cu cea scursă din capace. După ce a fiert orezul, se amestecă cu carnea albă a scoicilor, tăiată în bucăți mici, și cu zeama scursă în farfurie. Se umplu capacele cu acest pilaf, se mai toarnă pe deasupra cîteva picături de ulei și se

dau la cuptor să se rumenească. Se servesc reci. Acest pilaf se poate prepara cu unt și în acest caz se servesc calde.

CARACATIȚA

Caracatița sau păianjenul de mare se aduce din alte țări. Se aduce uscată. Se pune din ajun să se moaie în apă călduță, se spală bine în 2—3 ape și se pune la fiert în apă fără sare și numai cu cîteva boabe de piper. Se fierbe în apă puțină, atît cît s-o acopere. După ce a fiert, se scoate, se taie bucățele și se servește cu un sos de ceapă și ulei, bine înăbușite, la care se adaugă roșii sau bulion, o foaie de dafin, un pahar de vin alb. Se pun bucățelele deasupra și se servesc reci.

773. Caracatiță la cuptor

Se aleg părțile cărnoase ale caracatiței, se ung cu ulei și se așază în tavă cu ulei, sare și piper. Se acoperă, se dau la cuptor și se coc înăbușit o jumătate de oră. Se toarnă un pahar de vin și se mai lasă o jumătate de oră la cuptor. Se servește fierbinte.

774. Pilaf de caracatiță

Se fierbe caracatița așa cum am arătat și se prepară un pilaf cu zeama în care a fiert caracatița.

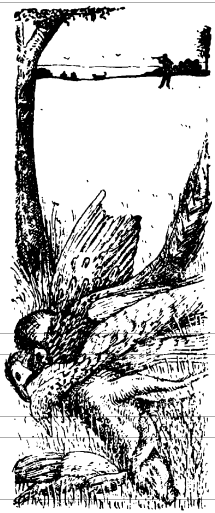
775. Caracatiță în spuză

Părțile mai cărnoase ale caracatiței se ung cu ulei, se înfășoară în hîrtie albastră. Se dă jarul la o parte, se așază un rînd de cenușă fără nici un cărbune. Se așază caracatița înfășurată în hîrtie, se acoperă cu un strat de cenușă rece, iar pe deasupra se pune jarul, care nu trebuie să vină în atingere cu hîrtia. După 30—45 minute se scoate, se stropește cu vin cît este încă fierbinte și se servește caldă.

776. Picioare de broaște (pui de baltă)

Picioarele de broaște se împletesc în formă de 8. Se marinează cîteva ore în zeamă de lămîie, sare, piper, puțin ulei.

Se prepară pane. După ce se șterg, se trec prin făină, ou, pesmet și iarăși ou. În grăsimea în care s-au prăjit se adaugă zeama de lămîie în care s-au marinat, se mai potrivește de sare și de acru și se servește alături de pane.



Reguli de observat

Unele vînaturi, cum este prepeliţa, se consumă proaspete ; altele, cum sînt fazanul, sitarii, potîrnichile, trebuie ţinute cîteva zile atîrnate la aer.

Se atîrnă totdeauna de cap cu picioarele în jos.

Nu se curăţă de pene decît în momentul cînd se şi prepară.

Nu se opăresc şi nici nu se moaie în apă. Dacă penele se trag greu, se trece uşor şi repede maşina de călcat încinsă pe deasupra şi se jumulesc imediat. Maşina de călcat se trece numai atunci cînd este necesar şi în nici un caz nu se lasă mai mult pe pene, deoarece grăsimea se topeşte foarte uşor.

Pentru a se curăţa de fulgii mărunţi, vînatul se trece foarte repede prin flacără, deasupra focului.

Se scot toate măruntaiele, numai ficatul se lasă înăuntru.

Sitarii se pot frige cu măruntaie cu tot, iar atunci cînd acestea se scot nu se aruncă, ci se întrebuinţează prăjite şi tocate cu intestinele la un loc.

Cele mai bune preparate din vînaturile cu pene sînt : friptura înăbuşită şi friptura la cuptor. Se pot prepara şi fripturi la frigare.

Înainte de a le pune la fript, se învelesc cu o fîşie de slănină, cît se poate de subţire, care le apără să nu se usuce.

Potîrnichile se înfăşoară mai întîi în foi de viţă şi apoi în slănină. Foile de viţă dau fripturii un gust foarte apreciat, iar slănina le apără să nu se usuce.

Carnea vînaturilor cu pene se frige repede, deci nu trebuie pusă la fript decît puţin înainte de a fi servită.

Vînaturile se conservă necurăţate de pene sau de păr, ci curăţate numai în interior şi apoi umplute : vînatul cu păr se umple cu praf de cărbuni cu cenuşă, iar cel cu pene cu tăriţe de lemn.

Persoanele artritice sau suferinde de stomac sau de ficat nu trebuie să consume, nici chiar să guste vînaturile.

Vînaturile cu carnea tare se marinează în apă cu oţet sau în vin în care s-au pus diferite zarzavaturi sau condimente.

Se marinează şi cele cu carnea fragedă, numai pentru a le da gustul de marinare şi a înlătura mirosul neplăcut de baltă la unele păsări sălbatice.

777. Marinarea vînatului

2 litri apă, 2—3 linguri oţet, zarzavat de supă, ceapă, usturoi, piper, 2 foi de dafin, 1/2 l vin alb, sare.

La 2 litri de apă se adaugă 2—3 linguri de oţet şi 1/2 litru de vin alb. Se poate face marinata şi numai din vin îndoit cu apă. Acest amestec se fierbe cu tot felul de zarzavaturi crestate, ceapă, usturoi, boabe de piper, sare, foi de dafin. Căprioara nu se marinează niciodată cu oţet, ci numai cu vin.

Carnea se aşază la marinat într-un vas anume, care să nu aibă smalţ sărit şi niciodată în vas de aramă. Vasul trebuie să fie destul de mare, pentru ca toată carnea să fie bine acoperită cu lichid. După ce zarzavatul a fiert bine în apă, se adaugă oţetul şi vinul şi se lasă să mai dea cîteva clocote. Se toarnă totul peste carne. Marinata trebuie să fie fierbinte, însă nu clocotită. Se acoperă, înfăşurîndu-se peste capac cu un şervet gros, astfel încît aburul să rămînă înăuntru. La marinat se lasă să stea 3—4 zile. Carnea va împrumuta şi va căpăta un gust şi o aromă specială, foarte apreciată de cunoscători.

778. Împănarea vînatului

Unele fripturi din vînaturile cu păr se împănează astfel: se taie fîşii subţiri de slănină, lungi cam de 5—6 cm, care se înfig în carne în felul următor: se face loc cu vîrful unui cuţit subţire şi bine ascuţit; nu se taie carnea niciodată în curmeziş, ci numai în lungul fibrelor şi nu prea adînc. Unul din capetele bucăţilor de slănină rămîne în afară. După gust, se mai poate împăna şi cu usturoi.

Dacă se ţin prea mult la fript, toate fripturile de vînat se întăresc.

DIVERSE PREPARATE DIN VÎNAT

IEPURE

Iepurele se prepară marinat sau nemarinat. Oricum ar fi preparat, carnea de iepure are un gust dulce foarte apreciat.

779. Ciorbă de iepure (ţigănească)

Se prepară numai cu sîngele ce se găseşte închegat în coşul pieptului. Se strînge cu lingura, se sfărîmă chiagurile

și se subțiază cu vin roșu. Se pune carnea la fiert cu apă fierbinte și cu zarzavat, ceapă etc., toate tăiate mărunt. După ce a fiert, se adaugă un pahar de vin roșu. Se strecoară deasupra sîngele și se potrivește de sare. Se lasă să mai dea cîteva clocote. Se servește imediat.

780. Ciulama de iepure

1 kg carne de iepure, 2 linguri unt, 2 linguri făină, sare.

Se prepară ca și ciulamaua de pasăre (v. 535).

781. Iepure cu măsline

1 iepure, 300 g măsline, 1 pahar ulei, 1/2 litru vin alb, 1 lămîie, 1/2 kg arpagic, 1/2 morcov, 1/2 pătrunjel, 1/2 păstîrnac, 10 cepe, 1 lingură bulion, sare, 1 lingură făină, piper, foi de dafin.

Carnea de iepure se spală în multe ape reci, ca să-i iasă sîngele. Dacă nu se spală destul, carnea și mîncarea capătă o culoare prea închisă.

Măslinele se țin totdeauna în apă rece, care se schimbă de 5—6 ori. Dacă se pun direct în mîncare, aceasta iese prea sărată, neagră și amară.

Iepurele tăiat bucăți potrivit de mari se prăjește în ulei înfierbîntat. În același ulei, după ce s-a scos carnea, se pune ceapa tăiată mărunt, se rumenește înăbușit și apoi se adaugă zarzavatul ras prin răzătoare și o lingură de făină. Se lasă să se înăbușe, se adaugă bulionul și se stinge cu zeama în care au fiert oasele de la iepure. Se mai lasă să fiarbă. Se strecoară sosul și se fierbe împreună cu carnea, vinul, sarea, piperul și două foi de dafin. După ce carnea este aproape fiartă, se adaugă măslinele desărate în apă caldă și arpagicul rumenit în puțin ulei.

Se servește rece cu felii de lămîie.

Se poate prepara fără zarzavat și fără arpagic și în cazul acesta se mărește cantitatea de ceapă la 12 bucăți.

782. Iepure înăbușit

1 kg carne, 1 pahar ulei, 1 pahar vin alb, 1/2 kg arpagic, usturoi, sare, piper boabe, 1 foaie de dafin.

Iepurele spălat se pune în cratiță cu un pahar de ulei, un pahar de vin alb, mai mult arpagic curățat; usturoi, boabe de piper și foi de dafin. Se pune capacul și de jur împrejur se înfundă marginea cu cocă de făină, ca să nu răsufle. Se fierbe înăbușit pe marginea mașinii 4—5 ore.

783. Mușchi de iepure cu smîntînă

2 mușchiuleți, 1 pahar smîntînă, 50 g grăsime, 1 pahar mic cu vin, sare.

Se lasă mușchiuleții de iepure o zi la marinat cu vin și cu tot felul de zarzavaturi tăiate bucățele, boabe de piper, foi de dafin, usturoi și sare. Se scot și se împănează cu slănină afumată și usturoi. Se așază mușchiuleții în tavă pe un strat din zarzavatul în care s-au marinat, se toarnă deasupra grăsime încinsă și se dau la cuptor. Se mai adaugă puțină apă și se stropesc cît mai des cu vin alb ; cînd sînt aproape gata, se adaugă un pahar mic cu vin (în care s-au marinat). Se mai lasă puțin să fiarbă, pentru ca să le scadă sosul. Se scot mușchii, se strecoară sosul, se amestecă cu smîntîna în care s-a pus un praf de făină și se lasă să mai dea cîteva clocote. Se așază mușchiul în farfuria de servit, se toarnă sosul cu smîntînă deasupra și se servește.

784. Pateu de iepure I

1 iepure, 200 g slănină, 200 g carne de porc, 100 g unt, miez de franzelă, 2 gălbenușuri, sare, piper, nucșoară, ienibahar, vin alb.

Pateul de iepure se prepară din mușchi, pulpe și carne marinată sau nemarinată, după gust. Pateul din carne nemarinată pare mult mai fin.

Se scoate carnea de pe oase de la un iepure întreg, se curăță de pieliță, se taie bucăți, se adaugă slănină tăiată în bucăți, carne de porc tînăr și se dau la cuptor să se înăbușe în 100 g unt. După ce s-au înăbușit, fără să se prăjească, se dau la rece cu toată grăsimea care și-au lăsat-o. Se moaie miezul de la un sfert de franzelă în lapte. După ce s-a răcit, se trece carnea prin mașina de tocat împreună cu miezul de franzelă muiat în lapte. Ca să fie pateul foarte fin, se dă carnea de două ori prin mașină. Se adaugă gălbenușurile, sare, piper, nucșoară, ienibahar și o lingură de vin alb bun. Se mai amestecă cu cîteva cuburi de slănină, care mai întîi au fost opărite cu apă clocotită și apoi bine scurse. Se tapetează o formă lungă sau rotundă cu fișii de slănină, se așază înăuntru compoziția de mai sus și se acoperă tot cu fișii de slănină. Se dă la cuptor o oră sau se fierbe în baia de apă trei ore.

Se lasă să se răcească, se curăță de slănină și se servește fie în aspic, fie simplu.

785. Pateu de iepure II

1 kg carne de iepure, 4—5 cepe, miez de franzelă, lapte, piper, nucșoară sare, 1 lingură vin, 200 g unt.

Se înăbușă ceapa în unt în care se picură cîte puțină apă sau zeamă de carne, se așază bucățile de carne și se înăbușă toate mai departe. Se adaugă miez de franzelă muiat în lapte. Se dă la rece, se trec prin mașina de carne împreună cu grăsimea pe care și-au lăsat-o. Se amestecă cu piper, nucșoară, sarea necesară, o lingură de vin și untul proaspăt frecat spumă. Se amestecă bine și se servește fie simplu, fie în aspic.

786. Pateu de iepure elvețian

2 kg carne de iepure, 500 g carne de porc grasă, 100 g slănină afumată, 200 g șuncă, 100 g limbă afumată, 4—5 ouă întregi, sare, piper, cuișoare, ienibahar, nucșoară, 2—3 linguri vin, 1—2 linguri de aspic.

Se așază pe fundul unei crătiți slănină afumată cărnoasă, apoi un rînd de carne de porc tocată (în care s-au adăugat piper, cuișoare, ienibahar, nucșoară), un rînd de carne de iepure marinată în vin și tăiată felii subțiri. Peste iepure se așază din nou un rînd de tocătură. Se lucrează cu o lingură de lemn muiată în marinată. Peste tocătură se așază șuncă slabă, iepure, limbă afumată. Cratița nu trebuie să fie prea plină. Deasupra trebuie să rămînă un rînd de slănină. Se toarnă 2—3 linguri de vin și se acoperă cratița cu un capac mai mic decît cratița, astfel ca să intre înăuntru pentru a fixa pateul. Se coace totul cam o oră la un foc foarte bun, pînă ce scade foarte bine și se rumenește. Se scurge apoi grăsimea și se toarnă peste pateu aspic fierbinte. După ce s-a răcit, se mai toarnă aspic pînă ce se umple cratița. Se răstoarnă și se servește.

CĂPRIOARA

787. Friptură de căprioară cu sos de smîntînă

Se prepară din pulpă, spinare sau mușchi.

Carnea împănată (v. 778) se așază în tavă peste 2—3 cepe și zarzavat tăiat felii subțiri. Se dă la cuptor la foc potrivit. Se lasă să se frigă și se stropește cu 2—3 linguri de apă rece și apoi cu sosul format în tavă. Nu trebuie să se usuce. Cînd este friptă, se scoate pe un fund, se trece sosul prin sită, se toarnă din nou în tavă împreună cu un pahar mare de

vin, se amestecă apoi cu 6—7 linguri de smîntînă, frecate cu o linguriță de făină, și se pune să fiarbă la cuptor. În acest timp friptura se pregătește astfel: se desprinde carnea de pe oase (oasele se mai pun să fiarbă cu sosul). Se taie felii subțiri cam de 1 cm, se așază în farfuria de servit foarte fierbinte. Sosul bine fiert se toarnă peste bucățile de friptură, se mai adaugă 2—3 linguri de smîntînă proaspătă și se servește fără altă garnitură. Cine dorește adaugă în sos, după ce s-a trecut prin sită, ciuperci înăbușite în unt.

788. Mîncare de căprioară cu smîntînă sau cu găluște

1 kg carne, 2—3 cepe, 3 linguri grăsime, boia de ardei, sare, vin alb, smîntînă sau găluște.

Carnea de la spată, piept și gît se spală în mai multe ape reci, se taie bucăți potrivite și se pune la foc cu grăsime și ceapă tăiată mărunt. Se înăbușă bine, apoi se adaugă un vîrf de cuțit boia de ardei și sare. Se lasă mai departe pe foc să se înăbușe, avînd grijă să se picure, din timp în timp, apă sau supă caldă. Se fierbe astfel 3—4 ore, atît cît trebuie pînă ce carnea este bine fiartă, iar sosul a scăzut bine. Cînd este gata, se adaugă 4—5 linguri smîntînă, se mai lasă pe marginea mașinii fără să fiarbă și se servește cu pătrunjel verde tocat fin. Se poate servi simplă sau cu garnitură de macaroane cu unt, tăiței, găluști de brînză sau găluști de cocă.

Găluștele se prepară astfel: Se oărește făina cu apă clocotită, se amestecă apoi cu 1—2 ouă, sare, iar cînd s-a răcit, se mai subțiază cu apă pînă ce aluatul devine potrivit de gros, astfel încît să nu se întărească la fiert. Se iau cu linguriță găluști și se fierb în apă, se strecoară și se adaugă fie direct în cratița cu mîncare, care în acest caz se mai lasă pe marginea mașinii să stea cam 20—30 minute și se servește cu pătrunjel verde tocat, fie ca garnitură în momentul cînd sînt servite la masă.

789. Mușchi de căprioară la frigare

1 mușchi, 100 g slănină, sare, piper.

Mușchiul de căprioară se curăță de pieliță, se marinează 2—3 ore, se împănează cu slănină, se dă sare, piper și se frige la frigare (v. instrucțiuni generale p. 236).

790. Mușchi de căprioară la cuptor

1 mușchi, 100 g slănină, sare, piper, 2 linguri grăsime.

Se scoate mușchiul, se curăță de pieliță, se marinează

2—3 ore, se împănează apoi cu slănină și se dă sare și piper. Se așază în tavă, se toarnă grăsime fierbinte deasupra și se dă la cuptor.

791. Șnițel de căprioară

1 kg carne, 1—2 ouă, făină, pesmet, 1 lingură grăsime, sare, piper.

Se scot felii din carnea de la pulpă, se bat și se prepară ca orice șnițel (v. 650).

792. Ficat de căprioară

Ficatul de căprioară ca și ficatul de vițel, se prepară la frigare, la tigaie etc.

793. Căprioară cu ciuperci

Aceleași cantități ca la mîncarea de căprioară cu găluște, în plus 500 g ciuperci.

Se prepară la fel ca mîncarea de căprioară cu găluște (v. 788) cu deosebirea că în loc de găluște se adaugă ciuperci, cînd ceapa este înăbușită și se continuă fierberea tot înăbușit.

PORC MISTREȚ

Carnea de porc mistreț se ține neapărat la marinat și se pune mai mult oțet sau vin ca la celelalte vînaturi. În general carnea de porc mistreț se pregătește la fel ca și porcul domestic.

794. Tocană de porc mistreț

1 kg carne, 2 cepe, 1 lingură bulion, vin, usturoi, cimbru, sare, piper.

Se prăjește carnea, se înăbușă apoi cu ceapă ca la orice tocană. Se stinge cu puțin bulion, supă sau apă fierbinte, puțin vin, usturoi, cimbru, apoi carnea se fierbe înăbușit pînă ce scade bine sosul.

795. Papricaș de porc mistreț

1 kg carne, 2—3 cepe, 3 linguri grăsime, boia de ardei, vin alb, sare, piper.

Se prepară la fel ca mîncarea de căprioară cu găluște (v. 788); se servește fără smîntînă, numai cu găluște.

796. Carne de porc mistreț cu varză

1 kg carne, 1—2 verze, 3 linguri grăsime, 2—3 cepe, 1 lingură bulion, sare, piper boabe.

Se prăjește carnea. Separat se mai prăjesc și 2—3 cepe. Se adaugă varza și apoi carnea, cîteva boabe de piper. Se adaugă apă sau zeamă de varză. Se dă la cuptor să fiarbă înăbușit.

797. Mîncare de porc mistreț cu smîntînă

1 kg carne, 2—3 cepe, 3 linguri grăsime, vin alb, 1 pahar smîntînă, 1 lingură bulion.

Se prepară la fel cu mîncarea de căprioară cu smîntînă (v. 788).

798. Mîncare de porc mistreț cu ciuperci

Aceleași cantități ca la rețeta precedentă în plus 500 g ciuperci.

La mîncarea cu smîntînă se pot adăuga ciuperci înăbușite în unt.

799. Fripturi de porc mistreț

Mușchiul, cotletele, pulpa de porc mistreț se prepară la fel ca mușchiul de vacă (v. 640—641), cotletele de porc domestic (v. 680—683) și ca mușchiul de căprioară.

800. Piftie de porc mistreț

Se prepară la fel ca piftia de porc domestic (v. 555).

801. Sarmale de porc mistreț

Se prepară la fel ca sarmalele de varză acră (v. 589).

PREPELIȚE, POTÎRNICHI, SITARI, FAZANI ȘI RAȚE SĂLBATICE

Prepelițele se mănîncă cît se poate de proaspete și se ține seamă de regulile date mai sus.

Potîrnichile se curăță și se pregătesc pentru a fi preparate la fel ca toate vînaturile. Se prepară în mai multe feluri, fripte însă sînt cel mai bune.

Se sărează pe deasupra și pe dinăuntru cu jumătate de oră înainte de a le frige. Se ung cu unt. Se învelesc în foi de viță, apoi cu slănină, cît se poate de subțire. Se leagă bine cu sfoară ca să nu se răsucească. Foaia de viță dă cărnii o aromă neîntrecută, iar slănina împiedică să se usuce friptura.

802. Prepeliţe fripte înăbuşit

4—5 prepeliţe, 200 g slănină, sare, piper.

Se învelește fiecare prepeliță într-o felie de slănină foarte subțire și lată, cît s-o cuprindă. Slănina nu trebuie să fie groasă deoarece împiedică frigerea. Se leagă cu o sfoară, se pun într-o cratiță acoperită și se dau la cuptor să se frigă înăbușit.

803. Prepeliţe la frigare

6 prepeliţe, 200 g slănină, sare.

Se înfășoară prepelițele în slănină, se pun 3—4 într-o frigare la foc potrivit și se frig ca orice pasăre la frigare.

804. Pilaf de prepeliţe

3—4 prepeliţe, 2—3 cepe, 2 linguri grăsime, sare, piper.

Se frig prepelițele tăiate în jumătate. În cratița în care s-au fript se înăbușă 2—3 cepe. Se adaugă orezul, se toarnă zeama necesară, sare, piper și se lasă să fiarbă înăbușit 10 minute. Se adaugă apoi prepelițele, se acoperă și se dau la cuptor.

805. Ostropel de prepeliţe

12 prepeliţe, 2 linguri grăsime, usturoi, făină, sare.

Se prepară la fel ca ostropelul de pui (v. 539).

806. Friptură de potîrniche

6 potîrnichi, 2 linguri grăsime, sare, piper.

Potîrnichile pregătite ca mai sus se pot frige la cuptor, înăbușite în cratiță sau la frigare. Nu se lasă să se frigă prea mult, deoarece se întăresc. Se servesc simple sau cu un soteu de ciuperci etc. Se obișnuiește a le servi la masă, așezate fiecare pe cîte o felie de pîine prăjită în grăsime (canapea), iar sosul separat în sosieră.

807. Potîrnichi cu smîntînă

6 potîrnichi, 2 linguri grăsime, 4—5 linguri smîntînă, sare.

După ce s-au fript potîrnichile așa cum am arătat mai sus, se adaugă în sosul din tavă 4—5 linguri de smîntînă în care s-a amestecat un vîrf de cuțit de făină. Se fierbe și se răstoarnă peste potîrnichi.

808. Friptură de sitari

6 sitari, sare.

Se pregătesc la fel ca și celelalte vînaturi cu pene, cu deosebire că de la sitari nu se aruncă decît guşa. Intestinele şi ficatul se păstrează. Sitarii se pregătesc numai fripți. După ce au fost curățați și ținuți cu sare 15—20 minute, se învelește fiecare sitar în slănină cît se poate de subțire și se frig în tavă, în cratiță, înăbușit sau la frigare. Intestinele se toacă mărunt și se pun în grăsime cu ceapă tocată mărunt, să se prăjească bine la un foc moale. Se adaugă și puțin vin alb. Acest sos se întinde pe felii de pîine prăjită care se servesc ca garnitură în jurul sitarilor fripți și așezați pe farfuria de servit. Dacă s-au fript la cuptor sau înăbușiți, se toarnă peste ei vin alb.

Se pot frige și cu intestinele înăuntru, care se scot, apoi se toacă mărunt, așa cum am arătat mai sus.

809. Friptură de fazan

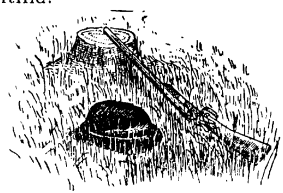
2 fazani, 200 g slănină, 1 lingură vin alb, sare.

Fazanul nu se mănîncă decît după ce a fost ținut 4—5 zile, în care timp carnea se frăgezește. Fazanii se pregătesc aproape totdeauna fripți. Se mai pot prepara și cu smîntînă. Ca și celelalte vînaturi cu pene, fazanul se învelește în foi cît mai subțiri de slănină — după ce a fost sărat — și se frige la cuptor. Cînd este aproape gata, se stropește cu vin alb, rece. Se servește pe farfurie cu spatele în sus, cu capul și coada puse pe locul lor și cu pene de jur împrejur.

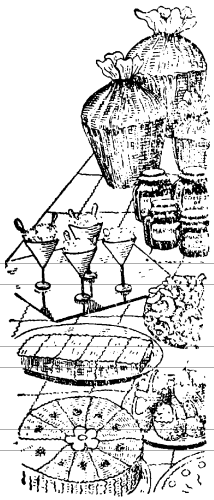
810. Rațele sălbatice

3—4 rațe, sare.

Rațele sălbatice nu se prepară niciodată nemarinate, deoarece carnea lor se întărește și este imposibil de mîncat. Ca să nu miroasă a pește, înainte de a se pune la marinat, rața se jupoaie de piele. Se prepară la cuptor cu sos de zarzavat și cu smîntînă.



DULCIURI: COZONACI, PLACINTE, PATISERIE, PRĂJITURI ŞI ALTE PREPARATE



Orice gospodină poate aduce variaţii, combinînd în diferite feluri aluaturile, cremele etc. pe care le dăm în această carte.

Cremele se pot asocia cu fructe crude, fructe din dulceaţă sau fructe zaharate, cu nuci etc. Tortele se pot umple cu orice fel de cremă, marmeladă etc. Frişca amestecată cu diferite creme sau servită deasupra tortelor, cremelor etc. dă un gust minunat oricărei prăjituri. Unele torte pot fi acoperite cu albuş spumă amestecat cu zahăr şi întărit la cuptor.

Margarina înlocuieşte cu succes untul la toate prăjiturile şi cremele.

Laptele praf pregătit conform instrucţiunilor respective poate fi întrebuinţat la orice prăjitură sau cremă.

Pralinatul sau *nugaua* de care se vorbeşte în cursul lucrării se prepară astfel: se arde zahărul într-un vas şi cînd a căpătat o culoare aurie se adaugă nucile, alunele sau migdalele. Se toarnă totul într-un vas uns sau pe o planşetă unsă; cînd s-a răcit se pisează sau se sfărîmă cu sucitorul.

Tapetarea înseamnă aşezarea unei hîrtii pe fundul formei de tortă. Tapetarea cu biscuiţi înseamnă îmbrăcarea unei forme cu biscuiţi în interior.

Amoniacul special pentru prăjituri se găseşte la farmacii.

Toate prăjiturile şi cremele sînt mai bune dacă sînt bine aromate cu vanilie în special, coajă de lămîie, de portocale etc.

Pentru buna reuşită a dulciurilor, ouăle trebuie să fie proaspete. Nu se sparg niciodată ouăle direct în vasul în care se prepară, ci fiecare separat într-o ceaşcă şi apoi se toarnă în vasul în care se lucrează, după ce s-a constatat că oul este perfect proaspăt.

La prăjituri se adaugă foarte puţină sare, care accentuează gustul de dulce. La cozonac sarea adăugată în gălbenuş intensifică culoarea galbenă.

PREPARAREA COZONACILOR

Reguli generale

Cozonacii bine reuşiţi se prezintă cu suprafaţa rumenită, trebuie să fie moi şi bine copţi, iar cînd se taie, trebuie să se desfacă în fîşii lungi. Cozonacul care la tăiere prezintă găuri, este aspru şi sfărîmicios, nu este bine reuşit.

Insistăm asupra a două puncte principale :

1. Cozonacii nu se lasă să crească prea mult în formă înainte de a-i pune la cuptor. Dacă au crescut pînă la marginea formei, se ung şi se bagă în cuptor, unde mai cresc atît cît trebuie. Dacă sînt lăsaţi să crească mai mult, fermentaţia trece limita necesară, producîndu-se spaţii libere în cocă şi găuri.

2. Cuptorul nu trebuie să fie prea tare la început, deoarece căldura mare produce imediat o crustă la suprafaţa aluatului. Această crustă împiedică creşterea normală — cozonacul nu creşte, rămîne înăbuşit, cu coca clisoasă şi nu mai are nici gust, nici aspect.

Făina trebuie să fie de bună calitate şi foarte bine uscată.

Drojdia foarte proaspătă şi de bună calitate. Ouăle foarte proaspete.

Gălbenuşurile să nu fie prea tare încălzite, cînd se amestecă cu drojdia dospită.

La frămîntat să nu se rupă coca între mîini.

Untul să nu se înfierbînte, cînd se adaugă **la frămîntat.**

Tot timpul cît se adaugă untul, coca se împătură fără se se rupă.

Cozonacii preparaţi cu mai multe ouă cresc mai greu.

Cînd se întinde coca pentru a fi pusă în forme, untul cu care se unge să fie mai mult muiat decît încălzit.

Dacă se pun cozonacii în formă înaltă, coca trebuie să umple o treime din formă ; dacă se pun în forme lungi, joase, coca trebuie să umple ceva mai mult decît jumătate din formă.

Cuptorul are un rol principal. La începutul coacerii trebuie să fie mai domol, cam un sfert de oră, şi potrivit de tare în tot restul timpului.

Nu se ţin cozonacii la cuptor mai mult decît trebuie, căci se roşesc ; cel mult o oră.

Cozonacii se prepară cu unt amestecat cu ulei, $^3/_4$ pahar unt şi $^1/_4$ pahar ulei ; uleiul îi ţine proaspeţi mai multă vreme. Dacă se întrebuinţează mai mult de 300 g la 1 kg de făină, cozonacii nu cresc, iar mai puţin de 1 pahar la 1 kg de făină, cozonacii nu sînt fragezi.

Margarina înlocuieşte untul fără să se cunoască. Formele se vor unge însă cu unt pentru a da cozonacilor aroma de unt.

Cantitatea de zahăr poate fi scăzută pînă la 250 g la 1 kg de făină.

Gălbenuşurile se freacă cu sare cu 3—4 ore înainte, spre a colora mai bine aluatul.

Albuşurile nu se pun niciodată toate, ci numai $^1/_3$ din numărul ouălor folosite.

Cozonacii se aşază în forme fie împletiţi, fie numai împăturiţi.

Cînd cuptorul este prea încins şi cozonacii încep să se rumenească prea tare, se pune deasupra o hîrtie.

Se pot prepara cozonaci şi cu mai puţine ouă. Cu cît numărul de ouă este mai mic, cu atît cantitatea de lapte trebuie să fie mai mare. Cantitatea de lapte fixată în reţetă este aproximativă şi nu se poate

preciza, întrucît sînt diferite calităţi de făină care înghit mai mult sau mai puţin lichid. Condiţia principală este ca aluatul să se potrivească în aşa fel, încît să nu fie nici prea tare, nici prea moale.

Ca să obţină un luciu frumos, cozonacii se ung cu ou de două ori : o dată cînd se pun în formă la crescut şi a doua oară, înainte de a-i pune la cuptor.

Se pot da la cuptor simpli sau presăraţi deasupra cu zahăr tos sau cu bucăţele mici de zahăr.

Toate operaţiile pentru prepararea cozonacilor se fac la cald şi ferit de curent rece.

Cozonacii se pun în forme fie simpli, fie umpluţi cu nuci, rahat, portocale, mac, stafide etc.

După ce se scot din cuptor se ţin la cald, nu se trec la rece. Se păstrează totdeauna înveliţi într-o pînză, hîrtia îi usucă, şi se ţin într-un vas închis, de preferat vas de aramă. În felul acesta se păstrează proaspeţi mai multă vreme.

811. Cozonaci

1 kg făină, 50 g drojdie, 6 ouă, 250—300 g zahăr, 3—4 linguri ulei, 1 pahar unt sau mangarină topită, 1/2 l lapte, 1 linguriţă rom, 1 linguriţă rasă sare, 1/2 baton vanilie, coajă de lămîie sau de portocale, 2 bucăţi zahăr pentru presărat şi un ou pentru uns.

Se pune făina la loc cald din ajun ; cu 4—5 ore înainte de a frămînta cozonacii se freacă gălbenuşurile cu sarea şi zahărul şi se ţin la căldură. Sarea intensifică culoarea galbenă. Se pregăteşte maiaua astfel : se sfărîmă bine drojdia cu furculiţa în 1/2 pahar lapte, se bate apoi cu două linguri de zahăr şi una de făină şi se lasă la crescut la loc cald. Dacă drojdia este bună, creşte foarte repede. După ce drojdia a crescut, se începe frămîntatul. Se face o gropiţă în făina aşezată în vasul în care se frămîntă şi în această gropiţă se toarnă gălbenuşurile, amestecate cu două albuşuri şi drojdia (maiaua), toate calde, romul, vanilia, coaja de lămîie şi se amestecă cu o furculiţă. Se toarnă apoi încetul cu încetul laptele călduţ şi se începe frămîntatul cu mîna.

Pentru buna reuşită a cozonacilor, coca nu trebuie să fie nici prea moale, nici prea tare. Se potriveşte astfel, încît atunci cînd o întizi între mîini să nu se rupă. Se frămîntă fără ca să se rupă coca, împăturindu-i marginile spre mijloc. În momentul cînd compoziţia a devenit omogenă se începe adăugarea grăsimii (călduţe), puţin cîte puţin, pînă ce se termină toată cantitatea. Din momentul în care a început să se adauge untul, se mai frămîntă cel puţin o jumătate de oră.

După ce s-a terminat frămîntatul, se așază vasul acoperit la cald — iarna lîngă sobă sau pe o oală cu abur. Se revizuiește din cînd în cînd, ca să nu se înfierbînte vasul dedesubt. Dacă aluatul este bine reușit, coca crește în patru ore. Coca crescută se așază în forme unse, pregătită astfel: coca obținută dintr-un kg de făină se împarte în două sau cel mult trei părți, după formele în care se coace. În nici un caz nu trebuie împărțită în mai multe părți din dorința de a obține mai mulți cozonaci, deoarece în acest caz coca va crește prea mult și cozonacii obținuți vor fi fărîmicioși, plini de găuri și aspri.

Planșeta pe care se lucrează și mîinile se ung cu unt. Se întinde coca cam de 1 cm grosime, se unge cu unt mai mult sleit și apoi se rulează. Aceste rulouri se fac subțiri, dacă se împletesc în trei sau în patru. Se pot așeza numai două rulouri unul lîngă altul, sau se poate face un singur rulou mai gros, atît cît trebuie ca să se umple ceva mai mult decît jumătate din formă. Coca crescută în forme, se unge cu ou bătut, se presară pe deasupra cu bucățele mici de zahăr și se coace conform instrucțiunilor date.

812. Cozonaci moldovenești

1 kg făină, 50 g drojdie, 1 pahar mare de lapte, 300 g unt topit, 15 ouă, 300 g zahăr, 1 lingură ulei, 1 lingură rom, 1 lingură smîntînă, 1 linguriță sare, 1 baton vanilie, coaja rasă de la o lămîie, 100 g stafide, 25 g migdale, 4 bucăți zahăr pentru presărât, 1 ou pentru uns.

Din făina cernută se prepară mai întîi maiaua. O parte din făină se opărește cu trei sferturi de pahar de lapte clocotit; se amestecă bine pînă se răcește, se adaugă drojdia dizolvată în restul de lapte rece. Se amestecă bine și se lasă să crească. În timpul cît crește maiaua, gălbenușurile cu sarea și zahărul respectiv se amestecă pe marginea mașinii, pînă ce se topește, fără să se încălzească tare compoziția. Se adaugă apoi uleiul, romul, smîntîna, coaja rasă de lămîie și se dă vasul deoparte. La urmă se adaugă și cinci albușuri bătute spumă. După ce s-a dospit maiaua, se toarnă deasupra amestecul de mai sus, se încorporează și restul de făină, se frămîntă bine, cam o jumătate de oră, pînă ce coca nu se mai lipește de mîini. Se încălzesc 150 g de unt și călduț se pune cîte puțin peste aluat, frămîntînd ușor pînă ce aluatul înghite bine untul. În timp ce se frămîntă cu untul, aluatul se împătură pe rînd din toate părțile. După ce s-a încor-

porat tot untul, se netezește coca bine deasupra și se lasă la crescut la loc călduț, acoperită cu o cîrpă curată. După ce a crescut bine aluatul, o parte din aluat se întinde ca de 1 cm grosime. Scîndura pe care se întinde coca trebuie unsă cu unt. Se unge foaia cu parte din untul rămas și care trebuie numai puțin încălzit; se taie în două și se presară cu stafide alese și spălate. Se rulează fiecare parte, se așază rulourile unul peste altul în formă lungă de cozonac, bine unsă cu restul de unt. Pentru ca să crească cozonacii înalți, formele se leagă cu hîrtie de jur împrejur, încă o dată cît înălțimea formei. Cozonacii așezați în forme se țin la loc cald, ca să mai crească, și cînd au crescut destul, se ung cu gălbenuș de ou, se presară cu migdale sau nuci tăiate în lung și cu bucățele mici de zahăr. Se coc la foc potrivit o oră.

Se pot prepara cozonaci și cu ouă mai puține, de la 3—4 ouă pînă la 20 de ouă la 1 kg de făină. Se completează diferența cu lapte.

813. Cozonac cu nucă

Cocă de cozonac, 300 g nuci, 250 g zahăr, 50 g stafide, coajă de lămîie.

Se trec nucile prin mașina de măcinat nuci, se amestecă cu zahărul, coaja de lămîie și cine dorește, cu stafide. Se întinde coca pe planșetă, se presară deasupra nucile în strat gros de 1 cm, se rulează și se pune în formă

814. Cozonac cu pastă de nuci

Cocă de cozonac, 400 g nuci, 450 g zahăr, 50 g stafide, coajă de lămîie.

Se prepară în două feluri:

1. Se amestecă nucile pregătite cum am arătat mai sus cu albușurile bătute.

2. Se amestecă nucile cu zahăr și lapte, se țin într-o cratiță pe mașină, pînă ce devin ca o pastă. Tot timpul cît se țin pe mașină, se amestecă compoziția cu o lingură. Se lasă să se răcească, se întinde peste cocă și se fac rulouri.

PREPARATE DIN ALUAT DE COZONAC

815. Plăcintă din cocă de cozonac

Din aluatul simplificat (cu cantități reduse ca pentru **gogoși** (v. 824) se pot prepara tot felul de plăcinte: cu

mere, cu brînză, cu cremă, cu cremă de orez, cu gem, marmelade, fructe etc.

816. Trandafir

½ kg făină, 20 g drojdie, 150 g zahăr, 1 pahar lapte, 2—3 ouă, 100 g unt proaspăt, vanilie, coajă de lămîie.

Se prepară un aluat de cozonac, în care nu se pune decît o cantitate mică de zahăr și unt (cam a treia parte) și se lasă să crească. În timp ce crește coca, se ung formele de copt cu unt proaspăt, iar pe margini și pe fund se presară zahăr tos.

După ce coca a crescut, se întinde pe planșeta unsă o foaie groasă cam de 1—2 cm, care se unge pe toată suprafața cu restul de unt frecat spumă și amestecat în ultimul moment cu o parte din zahăr, cam 100 g. Se pot presăra peste foaie mici cubulețe de dulceață de portocale. Se rulează și se taie bucăți de formă cilindrică, care se așază în forme cu tăietura în jos, de jur împrejurul formei, umplînd la urmă și locul rămas liber la mijloc, fără să fie prea înghesuite, pentru ca să aibă loc de crescut. După ce au crescut, se ung cu ou și se dau la foc potrivit. Aluatul este copt cînd începe să se dezlipească de pe formă.

Se scoate forma din cuptor și se mai lasă cinci minute la rece, apoi se răstoarnă pe o farfurie călduță și se toarnă deasupra zahăr ars. Se păstrează la loc cald.

817. Trandafir însiropat

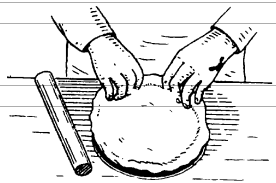
Se prepară la fel ca în rețeta precedentă cu deosebirea că în forma de copt nu se mai presară zahăr, iar cînd prăjitura este coaptă, se toarnă în formă jumătate de pahar de lapte îndulcit bine sau sirop fierbinte. Se mai lasă la cuptor pînă ce tot lichidul este absorbit. Se pot așeza în formă și două trei rînduri, unele peste altele, respectîndu-se aceleași indicații de mai sus, obținînd astfel o prăjitură înaltă.

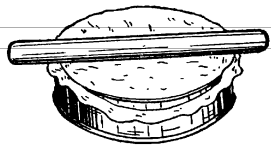
818. Tartă cu fructe

Aceleași cantități ca la trandafir (v. 816), în plus fructe.

Din aluatul de trandafir se prepară un fel de tarte cu orice fel de fructe, în felul următor: se întinde coca groasă de 1 cm, pe toată suprafața tăvii de copt, ridicată pe margini. Se taie partea care prisosește cu sucitorul. Deasupra se așază fructele fără sîmburi — cele mari despicate — unele

lîngă altele. Se presară cu puțin zahăr și se coc la cuptor potrivit. După ce s-a rumenit bine coca, se presară cu zahăr pudră în cantitate mai mare. Se taie rece.





Se pot prepara tarte cu vișine, caise, zmeură, prune, mere, gutui, vara cu fructe proaspete sau iarna cu fructe din compot, sau pregătite special, gem etc. Fructele pot fi de un singur fel sau amestecate mai multe feluri.

819. Tartă cu cremă la cuptor

Aceleași cantități ca la trandafir, în plus mere, *Pentru cremă:* 1 litru lapte, 4 ouă, 6 linguri de făină, 300 g zahăr, vanilie, puțină sare.

Coca de trandafir (v. 816) se întinde în tavă și se așază deasupra crema preparată în felul următor: se amestecă ouăle întregi cu zahărul și cu făina. Se toarnă laptele clocotit, puțin cîte puțin, amestecîndu-se mereu. Se pune la foc iute și se amestecă mereu pînă ce se îngroașă crema. Se lasă să se răcească, se întinde peste coca, iar pe deasupra se așază un rînd de mere tăiate felii sau gutui tăiate subțire. Se dă la cuptor. Se taie caldă și se servește călduță.

820. Tartă cu cremă de orez

Aceleași cantități ca la trandafir (v. 816), crema de la tartă cu cremă (v. 819), în plus orez cu lapte.

Se prepară la fel cu tarta cu cremă, însă crema arătată în rețeta precedentă se amestecă cu orez cu lapte fiert mai gros, răcit și trecut prin mașina de carne. Se procedează apoi ca la tarta cu cremă la cuptor. Se coace și cînd este gata, peste bucățile tăiate se pot așeza cîteva boabe de dulceață de vișine. Fructele cele mai indicate pentru tarta cu cremă de orez sînt merele și vișinele.

821. Tartă cu caise

Cocă de trandafir, cremă de vanilie (v. 967), 1 kg caise.

Se întinde coca în formă și se coace. Se prepară o cremă de vanilie sau de orez, se întinde uniform peste tartă; deasupra se așază caise bine coapte, iar peste caise un jeleu care să cuprindă bine fiecare fruct. Jeleurile pentru tarte se obțin prin fierberea cu zahăr a fructelor respective pînă ce scad bine. Gemurile înlocuiesc jeleurile pentru acest preparat.

822. Mere în halat

Cocă de cozonac, 1/2 kg mere, 100 g zahăr, 1 ou.

Din coca de cozonac (v. 811) se întinde o foaie, se așază din loc în loc cîte un măr întreg curățat de coajă și de partea tare de la mijloc, umplut cu zahăr. Se taie de jur împrejur un pătrat cu care se acoperă mărul. Se unge cu ou, se presară cu zahăr, se așază în tavă și se coace la foc potrivit.

823. Plăcintă cu mere I

Cocă de trandafir (v. 816), 1 1/2 kg mere, 300 g zahăr, scorțișoară.

Se întinde coca în tavă (v. 818), oprind o parte din aluat pentru garnituri. Peste cocă se așază merele rase, amestecate cu zahăr și scorțișoară. Din coca rămasă se fac niște rulouri subțiri cît creionul și se întind peste mere în formă de grilaj. Se ung cu ou și se dau la foc potrivit.

824. Gogoși

1 kg făină, 150 g unt, 3—4 ouă (albușurile spumă), 50 g drojdie, 250 g zahăr, 1 linguriță sare, 1 pahar lapte, 1/2 baton vanilie, 1 lingură ulei, 1 lingură smîntînă, coajă de lămîie, 1 lingură rom, 1 kg grăsime sau ulei pentru prăjit (se pot prepara și fără smîntînă, ulei și rom).

Se face o cocă de cozonac. Se dizolvă drojdia în lapte cu puțin zahăr și cu puțină făină. Se lasă să crească. Se amestecă maiaua în loc cald cu ouăle, restul de făină, cu sare, apoi cu zahărul, uleiul, smîntîna, romul, lămîia, vanilia pînă ce se topește zahărul. Se frămîntă o jumătate de oră și apoi se adaugă treptat untul încălzit, împăturind mereu coca. Se lasă să crească la loc cald, apoi se întinde o foaie groasă

cam de 1 cm, se lasă să se odihnească 5 minute, se taie forme cu un pahar muiat în făină și se lasă să crească. După ce au crescut destul, se prăjesc în grăsimea încinsă, avînd grijă să se așeze cu partea de deasupra în grăsime, numai astfel cresc frumos. Se lasă să se prăjească pe o parte și numai după aceea se întorc pe partea cealaltă.

Nu se mișcă cratița în timpul prăjirii, pentru ca gogoșile să nu aibă o dungă albă pe mijloc. Cratița trebuie să fie acoperită în timpul cît se prăjesc gogoșile și trasă pe marginea mașinii, imediat după ce s-au pus gogoșile.

Observație. Dacă gogoșile se fac cu dulceață, atunci se întinde coca mai subțire, se fac semne cu gura unui pahar, se pune dulceața în fiecare cerc. Se așază deasupra altă foaie de aceeași grosime și se taie formele complet cu paharul. Se lasă să crească și se prăjesc.

825. Poale în brîu

Aceleași cantități ca la gogoși (v. 824). În plus 1/4 kg brînză de vacă, 2 ouă, zahăr, coajă de lămîie.

Se prepără aluatul de cozonac moale ca la gogoși. Se împarte în bucăți de mărimea unui ou, se rotunjesc, se întind apoi cu sucitorul forme rotunde, în mijlocul lor se pune brînză de vacă amestecată cu ou, zahăr și coaja de la o lămîie. Se strîng marginile din patru colțuri opuse spre mijloc, se apasă bine. În felul acesta se formează un pătrat, se strîng apoi din nou colțurile pătratului la mijloc și se apasă cu degetul ca să se lipească. Se așază în tava unsă, se lasă să crească și se ung cu ou. Se dau la cuptor la foc potrivit. Nu se țin mult, ca să nu se înroșească.

826. Melcișori

Aluat de gogoși, 1/2 kg nucă pisată, 3 linguri zahăr, coajă de portocale.
Siropul: 200 g zahăr, 1/2 pahar apă, 1 lingură zeamă de lămîie, vanilie.

Din aluatul de gogoși, după ce s-a dospit, se întinde cu sucitorul o foaie groasă cam de 1/2 cm, se stropește cu unt încălzit, se presară cu nucă pisată amestecată cu zahăr și coajă de portocale. Se rulează strîns, se taie bucăți cam de 4 cm. Se așază cu tăietura în jos în tava unsă și se lasă la crescut. Înainte de a se da la cuptor, se ung cu ou. Se coc la foc potrivit. Copți, se însiropează cu un sirop fierbinte și se lasă la cuptor pînă ce se absoarbe tot siropul. Se presară nucă pisată. Se dezlipesc bucățile între ele și se servesc.

827. Melcişori în formă

Aceleaşi cantităţi ca în reţeta precedentă.

Melcişorii preparaţi aşa cum am arătat mai sus se aşază într-o cratiţă, nu prea apropiaţi unul de altul, şi se lasă să crească. Se coc apoi la cuptor, iar cînd sînt gata, se însiropează cu lapte îndulcit sau cu sirop şi se mai ţin la cuptor, să se îmbibe bine siropul. Se răstoarnă pe farfuria de servit.

828. Cuib de viespi

300 g făină, 140 g zahăr pisat, 140 g unt, 3 gălbenuşuri, 20 g drojdie de bere, 1 ceaşcă mare cu lapte, vanilie, 250 g grăsime.

Se pune la dospit drojdia, 2 linguriţe de zahăr, puţină sare şi o lingură făină. După ce s-a dospit, se amestecă cu făină, gălbenuşurile şi laptele. Se bate coca bine ca la ştrudel, se întinde o foaie în formă dreptunghiulară, se unge pe deasupra cu untul frecat spumă şi amestecat cu zahărul şi vanilia. Se rulează ca la melcişori, se taie bucăţi, se aşază într-o cratiţă unsă, după ce fiecare melcişor a fost scufundat în grăsime caldă. Se lasă să crească şi se coc la foc potrivit.

829. Pască cu smîntînă

Cocă de cozonac, 1 kg smîntînă pusă la scurs în mălai (se pune smîntîna într-un tifon aşezat într-un vas cu mălai), 200 g zahăr, 100 g făină, 6 gălbenuşuri, zahăr vanilat, stafide, sare.

Din coca de cozonac (v. 811) se întinde o foaie groasă cam de 1/2 cm atît cît să cuprindă fundul tăvii în care se prepară. Se unge tava cu unt şi se aşază foaia. Din aceeaşi cocă se fac suluri de grosimea creionului, se împletesc cîte două şi se aşază pe marginea aluatului, pe lîngă pereţii tăvii, după ce foaia a fost unsă cu ou. Se lasă să crească. În acest timp se prepară umplutura astfel: se amestecă gălbenuşurile cu zahărul şi vanilia, se adaugă apoi făina, smîntîna şi sarea. Se toarnă umplutura în formă, cu grijă să nu treacă peste marginile aluatului. Se unge cu ou şi se presară deasupra stafidele. Se coace la foc potrivit.

830. Pască cu brînză de vacă

Cocă de cozonac. 1 kg brînză de vacă, 200 g zahăr, 50 g făină, 3—4 gălbenuşuri şi albuşurile bătute spumă, 25 g stafide, 2 linguri de griş, coajă de lămîie, vanilie, sare.

Se prepară la fel ca pasca cu smîntînă, iar umplutura se prepară astfel: brînza se sfărîmă cu furculiţa, se amestecă cu zahărul, făina, grişul, gălbenuşurile, coaja de lămîie, vanilia, sarea şi la urmă albuşul bătut spumă. Se toarnă peste cocă în tavă, se unge cu ou şi se presară cu stafide. Se dă la cuptor.

831. Pască cu orez

600 g cocă de cozonac.
Umplutura: 2 pahare mari de orez bine fiert cu lapte şi zahăr şi răcit, 3—4 gălbenuşuri, 3—4 albuşuri, 50 g stafide, coajă de lămîie, vanilie, sare.

Se prepară la fel ca pasca cu smîntînă (v. 829).

Se amestecă orezul fiert cu gălbenuşurile, coaja de lămîie, vanilia şi la urmă albuşul bătut spumă. Se toarnă în tavă peste cocă. Se unge cu ou şi se presară cu stafide. Se dă la cuptor.

832. Pască cu ciocolată

600 g cocă de cozonac.
Umplutura: 6 ouă, 400 g zahăr, 150 g făină, 250 g ciocolată, 1 kg lapte.

Se prepară la fel ca pasca cu smîntînă (v. 829).

Se amestecă ouăle întregi cu zahărul, făina, ciocolata rasă sau cu cacao; se subţiază cu lapte şi se fierbe la foc iute pînă ce se îngroaşă. Se lasă să se răcească şi se toarnă în tavă, peste aluat. Se coace.

833. Mucenici moldoveneşti I

Cocă de cozonac, 1 ou, miere, 200 g nucă.

Din aluatul de cozonac sau de gogoşi (v. 824), se întind rulouri de grosimea degetului mic, se împletesc în două, se dă forma de 8. Se lasă se crească, se ung cu ou şi se coc la foc potrivit. Reci, se ung cu miere şi se presară cu nucă.

834. Mucenici moldoveneşti II

Cocă de cozonac, miere, 200 g nucă.

Aluatul se poate face fără ouă şi fără lapte. Se ung cu miere şi se presară cu nucă pisată.

835. Mucenici munteneşti

½ kg făină, apă, sare.

Se prepară o cocă din făină, apă şi sare (cocă de tăiţei fără ou). Se ia cîte o bucăţică de cocă, se fac rulouri cît mai subţiri, se taie bucăţi de 5—6 cm, se apropie şi se lipesc la cele două capete. Se pun la uscat. Bine uscate se fierb în sirop clocotit cu vanilie, coajă de lămîie, apă de flori. La urmă se adaugă nucă pisată, fără să se mai fiarbă. Se servesc reci.

DIFERITE ALUATURI DE PLĂCINTĂ

836. Plăcintă romînească

1 kg făină, 3 ouă, 3 linguri ulei, 1 lingură oţet, 1 linguriţă sare, apă călduţă cît cere.
Umplutura: 1 kg brînză de vacă, 6 ouă, 6 linguri zahăr, 100 g stafide, 250 g smîntînă, puţin griş, sare, coajă de lămîie, 250 g unt pentru stropit.

Se amestecă făina cernută cu ouăle, uleiul, oţetul, sare şi apă cît cere ca să se obţină o cocă potrivit de moale. Se frămîntă bătîndu-se de masă, bine de tot. Coca este îndeajuns de frămîntată atunci cînd tăiată cu un cuţit, prezintă băşicuţe. Se împarte în bucăţele mici, se rotunjeşte fiecare bucăţică, se unge cu ulei şi se aşază pe masă. Se acoperă cu un vas încălzit. Se lasă să se odihnească 20 minute şi apoi fiecare bucată se întinde uşor din mîini pe tavă, în foaie subţire, fără să se rupă. Se aşază peste tava bine unsă cu unt, astfel încît să cadă peste pereţii tăvii în jos şi să prindă aer între foi. Se stropesc cu unt şi se continuă punînd foile una cîte una. După ce s-au pus jumătate din foi, se întinde deasupra umplutura preparată astfel: brînza se sfărîmă, se amestecă foarte bine cu smîntîna, zahărul, ouăle întregi, apoi cu stafidele curăţate şi spălate, puţină sare, coaja de lămîie şi grişul. Peste umplutură se continuă cu aşezarea celorlalte foi, stropind fiecare foaie cu unt. Ultima foaie se unge bine cu unt, se apasă pe marginile tăvii cu dosul unei furculiţe, ca să se lipească foile între ele, apoi se taie împrejur, cu cuţitul coca ce prisoseşte. Se coace la un foc potrivit, la început. Nu trebuie să se rumenească de la început deoarece aceasta împiedică creşterea.

Observaţie: Brînza terbuie să fie grasă, iar ouăle foarte proaspete, Pentru ca umplutura să fie mai pufoasă, brînza se freacă numai după

ce s-au așezat foile în tavă și imediat se întinde peste foi. Se pot întrebuința și mai puține ouă pentru umplutură.

837. Plăcintă romînească pripită

$^1/_2$ kg făină, 1 lingură grăsime, 1 ou, 1 lingură oțet, 1 linguriță sare, apă cît cere, 100 g unt, 100 g untură.
Umplutura : $^1/_2$ kg brînză de vacă, 3 ouă, 3 linguri zahăr, sare.

Se frămîntă coca, se întinde cu sucitorul, se unge cu 100 g unt frecat cu 100 g grăsime. Foaia întinsă rotund se taie în raze de la margine spre centru, lăsîndu-i la mijloc un cerc netăiat.

Fiecare rază se răsfrînge peste cercul rămas netăiat. Se suprapun unele peste altele, pînă se termină. Se întinde din nou cu sucitorul, se împătură în trei și apoi în patru, întocmai ca aluatul franțuzesc, lăsîndu-se să se odihnească la rece numai 15 minute. Se întind apoi două foi cît tava, se pune la mijloc brînza preparată ca la plăcinta romînească (v. 836) sau ca la plăcinta din foi de ștrudel (v. 841). Deasupra se pune a doua foaie, se lipesc marginile, se unge cu unt și se coace la fel ca și plăcinta romînească.

Din acest aluat se pot prepara și pateuri cu brînză și cu carne.

838. Plăcintă cu brînză (din foi de ștrudel)

Foaie de ștrudel.
Umplutura : 300 g brînză de vacă, 500 g smîntînă, 5 ouă, puțin griș, zahăr, stafide, sare, lămîie (coajă), albuș spumă.

Se așază foile de ștrudel (v. 841) în tava unsă, stropindu-se între ele cu unt. Numai după ce s-au aranjat foile în tavă, se freacă brînza cu smîntîna pînă ce devine spumă, se adaugă grișul, sarea, coaja de lămîie și zahărul. Se amestecă bine cu gălbenușurile, iar în ultimul moment, se adaugă albușurile bătute spumă. Se întinde această compoziție în tavă peste foi, se așază ultimele straturi de foi, stropindu-se cu unt și se dă la cuptor.

839. Plăcintă cu mere II

250 g unt, 300 g făină, 3 gălbenușuri, 2 linguri de smîntînă, puțină sare.

Se prepară o cocă. Se împarte în două părți și din fiecare parte se întinde o foaie subțire de $^1/_2$ cm. Se coc pe

rînd în tavă la foc potrivit. După ce s-au copt ambele foi şi s-au răcit, se pun între ele mere înăbuşite cu zahăr. Se mai pot umple şi cu vişine. Se pudrează cu zahăr pisat.

Cantitatea de unt poate fi mai mică, dacă se adaugă în schimb 10 g drojdie de bere, care frăgezeşte aluatul.

840. Plăcintă cu carne

1 kg carne de vițel, 10 cepe, 2 linguri de grăsime, 3 ouă, sare, piper.

Se prepară la fel ca plăcinta cu brînză (v. 838), cu deosebire că brînza se înlocuieşte cu carne preparată astfel: carnea tăiată bucăţi se înăbuşă cu ceapa tăiată felii subţiri şi sare. Se stinge cu apă şi se lasă să fiarbă. După ce a fiert şi a scăzut bine, se trece de 2—3 ori prin maşina de tocat carne, se amestecă cu ouăle întregi, sare şi piper. Plăcinta cu carne se serveşte numai fierbinte.

PREPARATE DIN FOAIE DE ŞTRUDEL

841. Ştrudel cu mere

500 g făină, 1 lingură ulei, 1 lingură oţet, 1 linguriţă sare, 1 pahar de apă caldă pentru foaie, 200 g unt pentru stropit, 1 1/2 pahar zahăr, scorţişoară, 1 1/2 kg mere pentru umplut.

Foaia de ştrudel se lucrează numai la cald. Ea este foaia romînească de plăcintă însă fără ou. Se prepară coca la fel ca la plăcinta romînească (v. 836). După ce a fost bine bătută, se împarte în două părţi, se rotunjeşte, se acoperă cu un vas cald şi se lasă să se odihnească o jumătate de oră. Pe o masă mare acoperită cu o faţă de masă curată, presărată cu făină, se întinde coca pe dosul mîinii, în foaie subţire, începînd de la mijloc spre margini. Se întinde cît mai subţire, se rup marginile de jur împrejur. Se lasă să se zvînte, se stropeşte cu unt. La o margine în lungime se pun merele preparate ca la plăcinta cu mere (v. 839). Se rulează şi se taie bucăţi cît tava de lungi. Se aşază în tava unsă. Se unge şi ştrudelul cu unt pe deasupra şi se dă la cuptor la un foc potrivit. Rece, se taie în bucăţi.

Observaţie: Pentru ca să reuşească sigur, făina trebuie să fie de foarte bună calitate şi cît se poate de uscată. Foaia se întinde numai la loc uscat şi cald, unde să nu fie abur şi se lucrează cît se poate de repede.

842. Ştrudel cu nucă

Foaie de ştrudel.
Umplutura: 300 g nuci, 200 g zahăr, scorţişoară.

Foaia de ştrudel întinsă se presară cu nucă pisată, amestecată cu zahăr pisat şi scorţişoară. Se coace ca şi ştrudelul cu mere. La sfîrşitul coacerii se stropeşte cu puţin sirop.

Orice ştrudel poate fi stropit la urmă cu sirop.

843. Ştrudel cu brînză de vacă

Foaie de ştrudel.
Umplutura: 1 kg brînză, 3—4 ouă, 2 linguri pesmet, 1 lingură griş, zahăr după gust, coajă de lămîie, stafide.

Se fărîmiţează foarte bine brînza de vacă, se amestecă şi se bate bine cu ouăle, se amestecă bine şi uniform cu toate celelalte. Se întinde foaia, se stropeşte bine cu unt, se întinde brînza egal peste foaie. Se rulează foaia peste brînză, ridicînd faţa de masă în sus. Se măsoară ruloul cu tava, se taie după mărimea tăvii, se aşază în tavă unsă cu unt, se stropeşte cu unt şi se coace la cuptor.

844. Ştrudel cu vişine

Foaie de ştrudel.
Umplutura: 2 kg vişine, 400 g zahăr, 1—2 linguri pesmet alb, fin.

Se curăţă vişinele de sîmburi şi se ţin 20—30 minute să-şi lase zeama. Se scurg de zeamă, se amestecă cu zahărul, se aşază pe foaia stropită cu unt şi se risipesc pe toată suprafaţa. Se presară şi pesmetul, se strînge ştrudelul şi se procedează cum am arătat mai sus.

845. Ştrudel cu smîntînă

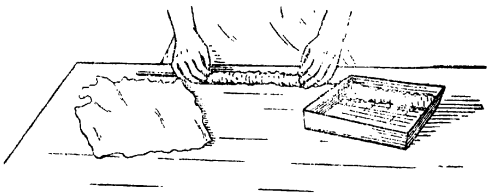
Foaie de ştrudel.
Umplutură: 250 g smîntînă, 2 ouă, 1 lingură de făină, coajă de lămîie sau stafide, zahăr după gust.

Se bat bine ouăle cu zahărul şi făina; la urmă se adaugă smîntîna, coaja de lămîie şi stafidele. Se întinde această compoziţie pe foaie, se rulează şi se procedează ca la ştrudelul cu brînză (v. 843).

846. Sarailia

½ kg foi de plăcintă, 300 g nuci, ½ kg zahăr, 200 g unt, coajă de lămîie.

Dacă se prepară cu foi lucrate în casă (v. 841) se taie foile de mărimea foilor din tîrg. Se pregătește un bețișor rotund de grosimea unui creion. Se întind două foi pe masă unse între ele și deasupra cu unt sau cu ulei. Se presară peste a doua foaie nucă tăiată, amestecată cu zahăr, coajă de lămîie sau de portocale. Se așază bețișorul pe marginea foii și se rulează. Cînd toată foaia este rulată, se strînge coca cu ambele mîini din ambele părți pînă se încrețește și rămîne de mărime potrivită. Se scoate bețișorul și se așază rulourile în tavă unul lîngă altul. Se toarnă cîteva linguri



de unt topit și se coc la cuptor. Cînd sînt gata, se toarnă pe deasupra sirop și se mai țin la cuptor 10—15 minute. Dacă siropul a fost tot absorbit și sarailia este încă uscată, se mai toarnă sirop.

847. Baclava

Foaie de ștrudel, 500 g nuci, 750 g zahăr pentru sirop, 1 lămîie (zeamă), 50 g apă de flori, ½ baton de vanilie.

Se prepară foaia ca la ștrudel. Se taie bucăți de mărimea tăvii. În tava unsă cu unt se așază foile una cîte una, stropind fiecare foaie cu unt și presărînd-o cu nucă pisată fără zahăr. Se continuă așa pînă ce se umple tava. Primele și ultimele 3—4 foi se stropesc numai cu unt fără să se mai presare nucă. Baclavaua trebuie să fie de cel puțin trei degete înălțime. Deasupra se unge cu unt topit. Înainte de a se da la cuptor, baclavaua se taie în bucăți pătrate cu un cuțit muiat în unt cald. Se coace 2 ore la un foc potrivit. În timpul cît stă la cuptor, se prepară siropul din 750 g zahăr, 3 pahare de apă, zeama de la o lămîie și ½ baton de vanilie.

Se leagă siropul, se lasă să se răcească. Cînd baclavaua este coaptă, fierbinte fiind, se toarnă deasupra siropul rece, amestecat cu apă de flori. Se mai lasă încă un sfert de oră la cuptor.

848. Scutecele (pelincile) Domnului

200 g. făină, 500 g nuci, 400 g zahăr, apă de flori sau în lipsă vanilie.

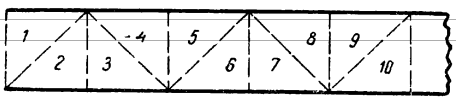
Se prepară o foaie de ştrudel din 200 g făină, se taie forme rotunde sau pătrate şi se coace fiecare foaie pe o parte şi pe cealaltă, direct pe plita maşinii sau într-o tigaie, pînă capătă o culoare gălbuie. Se pisează nucă, alune sau migdale, se amestecă cu puţin zahăr. Se aşază pe farfurie o foaie de cocă, se stropeşte cu sirop bine legat şi amestecat cu puţină apă de flori, se presară nucă ; se aşază altă foaie şi se continuă tot aşa pînă ce se termină toate foile. Deasupra se presară nucă mai multă şi cu sirop în cantitate mai mare. Se aşază un strat mai înalt, deoarece foile însiropate scad.

849. Trigoane

Foi de plăcintă, 300 g nuci, 5 linguri zahăr, puţin lapte, 1 lingură unt. Sirop : 1/2 kg zahăr, 1 1/2 pahar apă.

Foile pentru trigon trebuie să fie umede, altfel nu se pot lucra.

Se pregăteşte nuca, tăiată şi amestecată cu zahăr şi muiată cu puţin lapte. Se taie o fîşie lungă de 30—40 cm şi lată de 10 cm. Se stropeşte cu unt sau ulei. Se ia capătul unei şuviţe, se întoarce peste foaie şi se obţine un triunghi.



Se întinde nuca la mijlocul triunghiului, se stropeşte cu unt, se răstoarnă acest triunghi peste cocă şi se obţine al doilea triunghi. Se întinde din nou nucă, se unge şi se continuă astfel pînă se termină. Ultima foaie se lipeşte introducînd marginile peste celelalte ca un plic. Se aşază în tavă şi se coc la cuptor moale. După o oră şi jumătate se întăreşte focul şi se rumenesc. Se însiropează la fel ca şi baclavaua sau se ia fiecare bucată şi se scufundă în sirop.

Reguli de observat

Acest aluat se lucrează numai la rece și coca se ține la gheață.

Aluatul franțuzesc reușește tot atît de bine preparat cu margarină în loc de unt.

Vinul și zeama de lămîie se pot înlocui cu oțet.

Se poate suprima smîntîna.

Făina trebuie să fie numai de calitate bună.

Untul să nu aibă zer.

Coca nu trebuie să fie tare, ci mai moale.

Cînd se întinde coca pentru a se împături, se întrebuințează cît se poate de puțină făină, altfel se împiedică creșterea și aluatul nu se desface în foi.

Untul nu trebuie să fie prea rece, ca să se poată întinde omogen pe suprafața aluatului.

Cuptorul are rol important. La început trebuie să fie foarte fierbinte pentru ca untul să rămînă în coca. Dacă nu-i destul de fierbinte, untul iese în tavă și aluatul nu mai crește.

După ce a început să crească, se slăbește puțin cuptorul.

Tava, în timpul iernii, nu trebuie să fie prea rece. Se bagă 1 minut la cuptor, altfel oricît ar fi cuptorul de fierbinte, untul iese afară din coca.

La toate aluaturile care se lucrează pe masă, se procedează în felul următor: se pune făina grămadă pe planșetă. Se face o gropiță la mijloc în care se toarnă lichidul cu sare, ouăle etc. Se amestecă cu o furculiță încet, să nu curgă lichidul pe masă. Apoi începe să se frămînte cu mîna, adunîndu-se toate resturile de pe planșetă, pînă rămîne perfect curată. Se continuă frămîntatul presărîndu-se cîte puțină făină, atît numai cît să nu se lipească aluatul la frămîntat. Dacă trebuie să se bată, atunci se ia toată coca în mîna dreaptă și se izbește tare de masă. Se mai frămîntă și iar se bate, de atîtea ori cît este necesar.

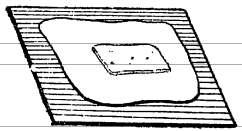
Din aluatul franțuzesc se prepară pateuri, diferite tarte, prăjituri cu fructe, cu cremă, cu nuci, dîndu-li-se diferite forme.

Un aluat franțuzesc bine reușit trebuie să crească la copt și să se desfacă în foi multe cît mai subțiri și cît se poate de frageде.

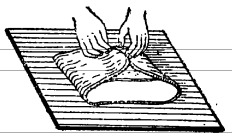
850. Aluat franțuzesc I

300 g făină, 200 g unt, 3 gălbenușuri, 3 linguri de vin alb, 1½ lingură oțet sau zeamă de lămîie, 3 linguri smîntînă.

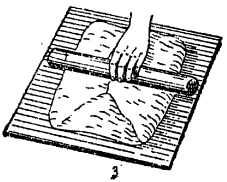
Din 200 g făină se face o cocă cu gălbenușurile de ou, sare, vinul, oțetul sau lămîia, și smîntîna (care se poate să și lipsească). Se frămîntă o jumătate de oră și se lasă să se odihnească. Restul de făină se amestecă cu untul. Se întinde coca în formă de dreptunghi, în grosime de ½ cm. Se unge toată suprafața cu unt. Se împătură astfel: părțile mai lungi se aduc pînă la mijloc pentru ca să se unească margine



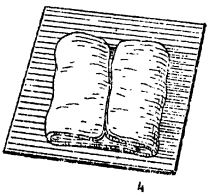
1



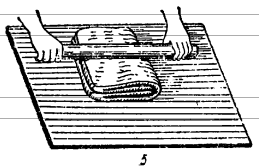
2



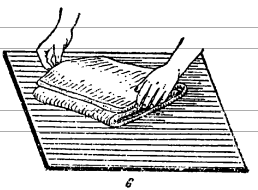
3



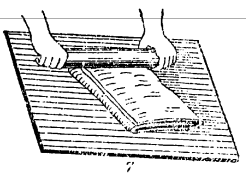
4



5



6



7

Faze din prepararea aluatului franţuzesc

cu margine. La fel se aduc și celelalte părți. Apoi acest dreptunghi se mai îndoaie încă în două și se dă la rece, la gheață, timp de o oră. Așa cum este coca, se întinde în lungime, formînd iarăși un dreptunghi, care se strînge în trei și se lasă la gheață din nou o oră. Se întinde din nou coca în lungime în formă de dreptunghi și se strînge în patru, aducînd capetele întîi la mijloc și apoi unele peste altele. Se lasă să stea la rece pînă cînd se prepară. Se poate lăsa chiar de azi pe mîine.

Coacerea se face la un foc foarte tare la început și apoi la foc potrivit. Acest aluat hrănitor este cît se poate de fraged. El poate fi preparat din ajun, atunci cînd gospodina are o zi complicată în menaj.

851. Aluat franțuzesc II

500 g făină, 500 g unt, 1 gălbenuș, 1 lingură zeamă de lămîie (vin sau oțet), 1 linguriță sare, 1 pahar apă rece.

Se prepară ceva mai repede și numai în ziua cînd se coace.

Se face un aluat din făină, gălbenuș, zeamă de lămîie, sare dizolvată în apă rece. Se frămîntă bine și apoi se bate ca foaia romînească (v. 836). Se lasă să se odihnească 15 minute. În acest timp se freacă untul cu lingura de lemn, se dă formă de dreptunghi și se presară cu făină. Se întinde aluatul gros de 1/2 cm. Se pune la mijloc untul, se îmbracă pe toate părțile cu aluat, se întinde în fîșie lungă, se împătură în patru, se întinde din nou și se împătură în trei. Se dă la rece 20 de minute. Se întinde din nou, se împătură în patru și imediat în trei, lăsîndu-l după fiecare împăturat să se odihnească cîte 20 minute.

Din aceste două aluaturi se pot prepara următoarele prăjituri :

852. Plăcintă cu cremă

Aluat franțuzesc.
Crema : **1 litru lapte, 4—6 ouă, 250 g zahăr, 9 linguri pline cu făină (150 g), 1 baton vanilie, 1 lingură unt.**

Din aluatul franțuzesc se întinde o foaie de 1 cm grosime. Se așază în tavă, se înțeapă din loc în loc și se coace la un foc iute. După ce foaia este coaptă se taie în două. Pe una din cele două jumătăți se întinde în grosime de două degete crema de vanilie, preparată în felul următor : se

amestecă cu telul, într-un căzănel, ouăle, zahărul și făina la care se adaugă puțin cîte puțin laptele clocotit și se amestecă bine. Se fierbe la foc iute, pînă ce se îngroașă bine, amestecîndu-se cu telul, ca să nu se prindă.

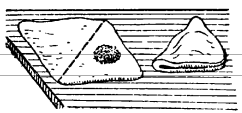
Înainte de a se da crema jos de pe foc, se adaugă batonul de vanilie și untul. Se răcește și se întinde peste foaie. Deasupra cremei se așază cealaltă jumătate de foaie. Se taie, se aranjează bucățile pe farfurie și se pudrează cu zahăr.

Crema trebuie preparată la foc iute, căci altfel devine cleioasă și își schimbă culoarea. O condiție principală este că în tot timpul trebuie să se amestece pentru ca să nu se taie.

853. Triunghiuri cu nucă

1/2 kg făină, 400 g unt, 1 ou, 300 g nucă, 100 g zahăr, puțin lapte.
Sirop: 500 g zahăr, 1 pahar apă.

Se prepară o cocă din aluat franțuzesc. Se întinde o foaie groasă de 1/2 cm și se taie pătrate. Se ung cu ou numai două din marginile pătratului în unghi, se pune la mijloc nuca dată prin mașină, amestecată cu zahăr pudră și opărită cu puțin lapte. Peste marginile unse cu ou, se răsfrîng marginile neunse și se formează un triunghi. Se lipesc marginile, apăsînd cu degetul. Se ung cu ou, se dau la cuptor la foc iute. După ce s-au copt, se scot din cuptor, se lasă să se răcească și se însiropează bine cu sirop rece și bine legat.



854. Plăcințele din imitație de aluat franțuzesc

125 g unt, 125 g untură, 3 ouă, 400 g făină, 1 borcan mic de iaurt, 1 ou pentru uns.

Se amestecă untul și untura cu făina, ouăle și iaurtul. Se frămîntă bine și se lasă la rece. Cu cît stă mai mult la rece, cu atît este mai fragedă. Se poate lăsa de seara pînă dimineața și se poate lăsa și numai 1—2 ore, cînd gospodina este grăbită. Se întinde o foaie groasă cam de 1 cm. Se taie fîșii pătrate sau dreptunghiulare. Se pune la mijloc brînza amestecată cu ou. Se îndoaie marginile una peste alta, se

lipesc cu ou numai pe partea de bază, se ung cu ou și se coc la foc potrivit.

Din această cocă se pot prepara: orice fel de prăjiturele cu marmeladă, nuci, mere etc. Se pot umple cu carne, cu ficat sau cu ciuperci. Se poate coace coca separat și se umple cu cremă de vanilie preparînd astfel plăcintă cu cremă. Se mai poate întinde foaia pe tavă și să se umple cu brînză de vacă sau orez etc.

855. Plăcintă cu mere III

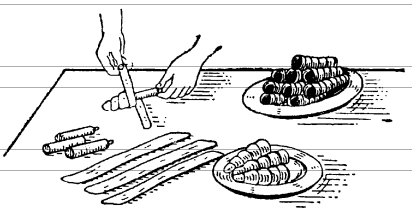
Aluat franțuzesc.
Umplutura: 1½ kg mere, 300 g zahăr, 1 linguriță scorțișoară.

Se prepară la fel ca plăcinta cu cremă (v. 852) cu deosebirea că se înlocuiește crema de vanilie cu mere preparate ca la ștrudel (v. 841).

856. Rulouri cu cremă sau cu frișcă

Aluat franțuzesc.
Cremă de vanilie sau frișcă.

Foaia de aluat franțuzesc (v. 850—851) întinsă de ½ cm grosime, se unge în întregime cu ou, se taie fîșii late de 2—3 cm și se înfășoară pe forme de rulouri unse. Se coc la foc iute. Coapte, se scot de pe forme, se lasă să se răcească și se umplu cu frișcă bătută amestecată cu zahăr pudră sau se umplu cu cremă de vanilie (v. 967), de ciocolată sau cacao. Formele se găsesc în comerț sau se pot face din carton gros uns. Sînt niște tuburi lungi de 10—12 cm cu diametrul de 2—3 cm.

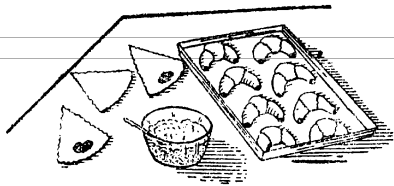


857. Cornulețe din aluat franțuzesc

Aluat franțuzesc, marmeladă.

Se întinde o foaie de ½ cm grosime, se taie triunghiuri, se ung cu ou. La baza fiecărui triunghi se pune cîte

puțină marmeladă. Se rulează, dîndu-se forma de cornulețe. Se ung pe deasupra cu ou și se dau la cuptor la foc iute. Se servesc pudrate cu zahăr. Se pot umple cornulețele cu mere sau cu nuci.



858. Tarte cu fragi, zmeură și cremă de vanilie

Aluat franțuzesc, cremă de vanilie, zmeură, fragi.

Din aluatul franțuzesc (v. 850—851) se întinde o foaie groasă cam de 1/2 cm. Se îmbracă o tavă (fundul și pereții) cu această foaie. Pentru ca să-și păstreze forma, după ce a fost îmbrăcată, se așterne peste aluat hîrtie albă peste care se pun boabe de fasole. Se coace la un foc iute. După ce s-a copt, se scot cu grijă hîrtia și boabele, se mai lasă puțin la cuptor să se rumenească. Separat se mai coace o foaie cît fundul tăvii de mare. În tarta rece se pune un strat de cremă de vanilie și apoi foaia coaptă separat. Se așază fructele, zmeură, fragi, portocale etc., peste foaie, unele lîngă altele și se glasează cu marmeladă de fructe sau mai bine cu jeleu din fructele respective.

Fructele se mai pot așeza direct peste cremă, fără a doua foaie.

859. Tartă cu struguri I

Aluat franțuzesc.
Crema: 1 l lapte, 8—9 linguri făină, 4—6 ouă, 300 g zahăr, 2 kg struguri.

Se întinde coca din aluat franțuzesc în formă de tartă. Se înțeapă din loc în loc ca să nu se umfle prea tare coca. Se poate pune un strat de fasole albă peste o hîrtie aplicată pe coca. Se coace și se lasă să se răcească. Se așază un strat de cremă de vanilie, gros cam de 2 cm, iar peste cremă

se înfig boabe de struguri tămîioși, alternînd culorile în cerc sau în triunghiuri.

La fel se pot prepara tarte cu căpșuni sau cu portocale.

860. Tartă cu gutui

Aluat franțuzesc, gutui fierte în sirop.

Se prepară la fel ca tarta cu struguri, cu deosebirea că gutuile trebuie fierte în sirop. Peste feliile de gutui, care trebuie să fie foarte subțiri, se întinde un strat mai gros de jeleu de gutui.

861. Plăcintă cu mere IV

Aluat franțuzesc, 1½ kg mere, 200 g zahăr, scorțișoară, pesmet.

Se întinde o cocă mai subțire din aluat franțuzesc (v. 850—851), se așază în tavă, se înțeapă cu furculița din loc în loc și se dă la cuptor să se coacă pe jumătate. Se scoate, se presară puțin pesmet, se așază merele amestecate cu zahăr și scorțișoară. Se întinde pe deasupra o altă foaie, se unge și se coace la foc foarte iute la început și mai domol la urmă.

862. Cornuri cu mere

Aluat franțuzesc, 1 kg mere, 200 g zahăr, scorțișoară, pesmet, 1 ou.

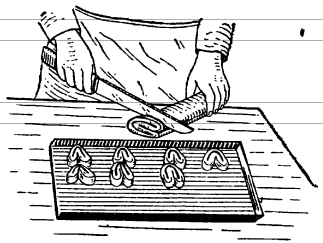
Se întinde o cocă din aluat franțuzesc (v. 850) și se taie fîșii lungi cît este coca și late cam de 10—12 cm. Merele pregătite mai înainte cu zahăr, scorțișoară și pesmet se întind pe una din margini în lungime, marginea opusă se unge cu ou. Se rulează, începînd din marginea cu mere, pînă ce se termină. Se taie apoi în mod egal. Se strîng capetele și se îndoaie, dîndu-le forma de corn. Se ung și se coc la foc iute la început și mai domol la sfîrșit. Se scot din tavă și se pudrează cu zahăr.

863. Ochelari

Aluat franțuzesc, 1 ou, 100 g zahăr.

Se întinde o cocă din aluat franțuzesc II (v. 851) groasă cam de 1 cm. Se taie o fîșie lungă cît aluatul și lată cam de 10 cm. Din această fîșie se taie fîșioare de 10—12 cm și late de 1 cm. La fiecare din aceste fîșii, se învîrtesc capetele în formă de melc pînă la jumătatea ei. Se ung cu ou, se

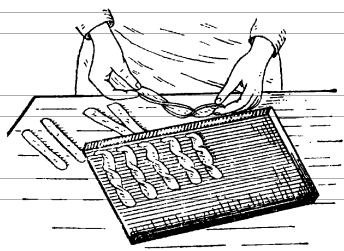
presară cu zahăr tos mai mult și se coc la foc foarte iute la început și apoi mai domol.



864. Sfredelușe

Aluat franțuzesc, 1 ou, 50 g zahăr.

Din aluat franțuzesc II (v. 851) se taie fîșii lungi de 6—8 cm și late de 2 cm. Se ung cu ou și se răsucesc capetele în sens invers. Se așază în tavă și se coc ca și ochelarii. Se pudrează cu zahăr pudră.



865. Pătrate cu dulceață

Aluat franțuzesc, dulceață de vișine.

Se întinde o foaie groasă de 1 cm din aluat franțuzesc II (v. 851) și se taie pătrate de 10 cm latura. Se coc fără a fi înțepate și cînd sînt gata, se ung reci cu un strat de dulceață de vișine.

Se poate întrebuința orice altă dulceață.

866. Cornuri cu dulceață

Aceleași cantități ca la rețeta precedentă.

Se întinde o cocă din aluat franțuzesc II (v. 851), se taie pătrate cam de 10 cm și pe diagonală se întinde dulceață de vișine. Se rulează în formă de corn lipindu-se bine marginile. Se coc la cuptor iute la început, și apoi potrivit. Se pudrează cu zahăr pudră.

867. Mere în aluat franțuzesc

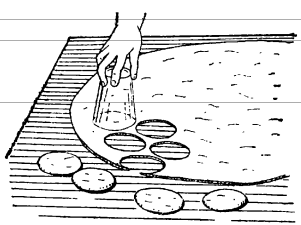
Aluat franțuzesc, 10—12 mere, 1 ou.

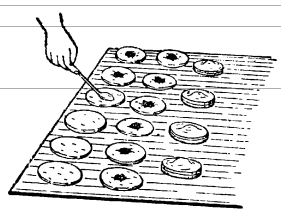
Se prepară din cocă de aluat franțuzesc (v. 850—851). Se curăță merele, se scoate miezul și semințele. Se întinde coca, se taie fîșii mai lungi și late de 2 cm. Se învîrtesc în spirală de jur împrejurul fiecărui măr, începînd din partea de jos, unde se prinde capătul fîșiei cu degetul mare al mîinii stîngi. Una din margini se suprapune. Baza mărului se acoperă cu un pătrățel sau cu un rotund de cocă, astfel ca tot mărul să fie învelit și să se coacă în cocă. Partea de sus, după ce mărul a fost umplut cu zahăr, se acoperă de asemenea cu o bucată de aluat în diferite forme. Se ung cu ou, se așază în tavă și se coc la un foc foarte viu la început și apoi mai domol.

868. Pateuri cu carne

Aluat franțuzesc, 1/2 kg carne, 5 cepe, 1 lingură grăsime, 1—2 ouă, sare, piper.

Din aluat franțuzesc (v. 850—851) se întinde o foaie de 1/2 cm grosime. Se taie forme rotunde cu o formă bine ascuțită, se ung împrejur cu albuș de ou. În mijloc se pune





carne preparată ca pentru plăcinta cu carne (v. 840). Se așază altă formă deasupra, se apasă bine cu degetul de jur

împrejur, se ung cu ou și se dau la cuptor iute. Marginea nu se unge cu ou, deoarece nu mai cresc bine.

869. Pateuri cu brînză

Aceleași cantități ca în rețeta precedentă, 250 g brînză sărată.

Se prepară la fel ca pateurile cu carne. Înlocuim carnea cu brînză bine sărată și amestecată cu ou.

870. Bușeuri

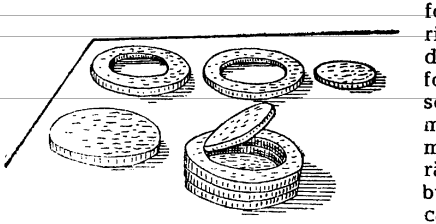
Aceleași cantități ca la pateuri — fără umplutura de carne sau brînză.

Din foaia de aluat franțuzesc (v. 850—851), întinsă de ½ cm grosime, se taie forme rotunde mai mari. La jumătate din rotunduri se scoate mijlocul cu un păhărel mai mic. Apoi se suprapun două cîte două, punînd deasupra rotundul găurit și lipind cu ou. Se ung cu ou. Pentru capace se întrebuințează mijloacele scoase și întinse încă puțin cu sucitorul. Se ung cu ou și se dau împreună cu bușeurile la cuptor. După ce se coc, se mai scobesc puțin bușeurile la mijloc și se umplu cu legume preparate cu smîntînă, cu mîncărică de ciuperci sau cu sos pentru bușeuri (v. 102).

871. Volovan

1 kg făină, ½ kg unt, 2—3 ouă, 1 lingură zeamă de lămîie sau 2 linguri oțet, 1 linguriță sare, apă rece.

Se prepară un aluat franțuzesc (v. 850). Se întinde o cocă groasă cam de 1 cm. Cu o formă sau cratiță se marchează pe cocă o formă rotundă care se taie cu un cuțit ascuțit. Se întinde a doua foaie și se mai scot încă două forme rotunde de mărime egală cu cea dintîi. Aceste două forme se găuresc, scoțîndu-le mijlocul marcat cu o cratiță mai mică. Marginile rămase netăiate trebuie să aibă o lățime cam de 5—6 cm, iar mijlocul scos, un diametru de 8—10 cm. Prima foaie întreagă se așază în tavă, doua foaie și se așază peste ea a treia foaie, de asemenea cu



una din foile rămase după ce s-a scos mijlocul. Se unge și a doua foaie și se așază peste ea a treia foaie, de asemenea cu mijlocul scos. Se ung și se coc la cuptor iute și apoi domol. Dintre mijloacele scoase se alege cel mai frumos, care va servi de capac, se garnisește cu coca rămasă tăiată în diferite forme: flori, grilaj etc. Se unge cu ou și se coace.

La copt trebuie multă atenție, pentru ca volovanul să crească cel puțin 20—30 cm înălțime și să nu cadă într-o parte. Dacă a pornit să cadă, se întoarce tava. Se umblă foarte repede și nu se ține cuptorul deschis mult. Este bine să se coacă într-o tavă mică pentru a se putea întoarce ușor. După ce s-a copt, se scoate miezul, iar spațiul rămas liber se umple cu un sos special pentru volovan și bușeuri (v. 102).

PREPARATE DIN ALUAT FRAGED

Aluatul fraged se mai numește și coca 1, 2, 3, pentru că se întrebuințează o parte zahăr, două părți grăsime și trei părți făină.

Se poate prepara cu orice grăsime: unt, ulei, untură sau osînză, margarină. Cel mai fin este cel preparat cu unt topit, care-i dă un parfum special.

Se poate coace imediat sau poate fi lăsat pînă a doua zi.

Dacă lipsește o parte din cantitatea de grăsime, se poate înlocui cu puțină drojdie de bere muiată în lapte sau în apă. Drojdia de bere ajută la frăgezirea aluaturilor — în general a acelora care nu se lasă la crescut sau nu se întind în foi subțiri.

Dacă din greșeală s-a întrebuințat prea multă grăsime și aluatul este prea nisipos, se adaugă puțin lapte spre a-l lega.

Acest aluat are mai multe variante, în care diferă cantitățile de unt și ouă. Se întrebuințează atît la dulciuri, cît și fără zahăr la saleuri, cocă pentru preparate în foaie etc.

872. Aluat fraged I

300 g făină, 200 g unt, 100 g zahăr, 1 ou întreg, 1 gălbenuș.

Se amestecă untul cu făina, zahărul pisat și ouăle. Se frămîntă bine și se dă la rece. Din acest aluat se pot prepara diferite prăjituri.

873. Biscuiți

300 g făină, 200 g unt, 100 g zahăr, 1 ou, 100 g nucă, 100 g zahăr.

Se frămîntă un aluat fraged, se întinde și se taie în diferite forme, se unge cu ou și se presară cu bucăți de nucă și zahăr.

874. Tarte cu fructe

300 g făină, 200 g unt, 100 g zahăr, 1 ou, fructe, cremă.

Se întinde o foaie din aluat fraged (v. 872). Se îmbracă forme mici de tarte cu cocă. Se pun cîteva boabe de fasole în tarte, peste o foaie de hîrtie, ca să-şi păstreze forma frumoasă. Se coc la foc potrivit. După ce s-au rumenit marginile, se scot boabele de fasole şi hîrtia şi se mai dau puţin la cuptor ca să se rumenească. În felul acesta se pot face diferite mărimi de tarte: mici, care se servesc separat, sau mari, care se servesc tăiate în porţii. Se umplu cu diferite fructe, cremă de vanilie, marmeladă de fructe sau jeleu. Se mai pot umple tartele numai cu fructe însiropate sau numai cu dulceaţă. Cine doreşte poate umple tartele cu o cremă făcută din frişcă amestecată cu fructe trecute prin sită şi care e delicioasă (v. 957).

875. Aluat fraged II

500 g făină, 1 pahar smîntînă, 150 g unt, 1 vîrf de cuţit bicarbonat dizolvat în rom sau puţină drojdie, sare.

Se taie untul bucăţi mici şi se amestecă cu făina, cu smîntîna şi bicarbonatul. Se frămîntă bine. Din această cocă se pot prepara tarte, plăcintă cu cremă, plăcintă cu mere etc.

876. Aluat fraged III

200 g unt, 200 g smîntînă, făină, bicarbonat sau drojdie, 100 g zahăr.

Se frămîntă cantităţi egale de unt, smîntînă şi făină cît cuprinde, bicarbonat sau puţină drojdie. Din acest aluat se pot pregăti diferite tarte. Unele tarte pot fi acoperite pe toată suprafaţa, peste fructe, cu un strat gros cam de 1 cm de albuş bătut spumă cu zahăr (50 g zahăr la 1 albuş) şi apoi rumenite la cuptor.

877. Tarte cu orez şi fructe

200 g unt, 200 g smîntînă, 100 g zahăr, făină, drojdie, orez cu lapte, 1½ kg mere, caise sau vişine, 2—3 albuşuri.

Orezul se asociază bine cu: mere, caise, vişine, gutui. Se fierbe orezul cu lapte şi vanilie. După ce s-a răcit se aşază în tavă peste cocă (v. 876), apoi fructele. Se dă la cuptor şi cînd este aproape gata, se întinde albuşul bătut cu zahăr şi se rumeneşte.

878. Tartă cu gem sau dulceață de vișine

200 g unt, 200 g smîntînă, 100 g zahăr, 250 g gem.

Se pregătește un aluat fraged (v. 876) și se coace în formă sau în tavă. Rece, se unge cu gem sau se acoperă cu boabe de vișine din dulceață.

879. Tartă cu cremă de orez și cremă de vanilie

Aluat fraged, orez cu lapte, cremă de vanilie, fructe.

Orezul cu lapte fiert și bine de tot scăzut se trece prin sită și, rece, se amestecă cu o cremă de vanilie rece (v. 967). Se așază în tavă peste cocă, apoi se așază fructele după gust.

880. Tartă în trei culori

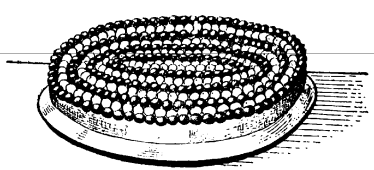
Aluat fraged, 500 g brînză de vacă, 4 ouă, vanilie, coajă de lămîie, 3 linguri zahăr.

Se întinde o cocă din aluat fraged (v. 872) în forma de tartă. Se coace pînă ce se întărește. Se așază deasupra brînză de vacă, amestecată cu 3—4 gălbenușuri pînă ce capătă o culoare galbenă pronunțată, zahărul necesar, vanilie, coajă de lămîie rasă mai multă. Se dă la cuptor și cît se coace se bat albușurile cu 2—3 linguri de zahăr și se întinde compoziția peste tartă. Se rumenește la cuptor.

881. Tartă cu struguri II

Aluat fraged, 1 kg cremă de vanilie, 2 kg struguri.

Se prepară aluatul fraged, se tapetează o formă cu aluat și se coace. După ce se coace, se întinde deasupra un strat de cremă de vanilie bine vanilată, iar pe deasupra cremei în cercuri, boabe de struguri tămîioși, alternînd un rînd de struguri albi cu unul de struguri negri, pe toată suprafața. La fel se pot prepara tarte cu portocale, cu zmeură, cu căpșuni, caise, prune.



La tarta cu caise deasupra caiselor se pot presăra **sîmburi** de caise tăiați mărunt.

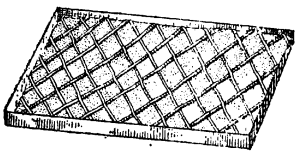
La tarta cu prune peste aluatul pe jumătate copt se așază prune despicate în două, iar pe deasupra se pot presăra nuci tăiate mărunt.

La orice tartă peste fructe se poate întinde jeleu, care dă gust deosebit, iar în lipsă se presară cu zahăr.

882. Tartă cu mere I

Aluat fraged, 1 kg mere, 300 g zahăr, scorțișoară.

Aluatul fraged (v. 872) se întinde gros de 1 cm cu podul palmei în tava de copt. Se așază deasupra mere rase, amestecate cu zahăr, scorțișoară. Se păstrează puțin aluat care se rulează cît mai subțire și se așază peste fructe, de la o margine la alta a tăvii, în lung și în lat, sau oblic, formînd o rețea. Se dă la cuptor. Se presară cu zahăr pudră. Se taie rece.



883. Tartă cu mere II

Aluat fraged, 1½ kg mere, 250 g marmeladă de caise, zahăr.

Se întinde foaia de aluat fraged, se așază merele tăiate în felii mai groase, cele mici în sferturi. Peste mere se întinde o marmeladă de caise subțiată cu puțină apă și zahăr și se dă la cuptor potrivit să se rumenească.

884. Tartă cu mere III

500 g făină, 250 g zahăr, 3 ouă, 250 g unt, 1½ kg mere rase.

Se prepară o cocă și se împarte în două. O parte se așază în tavă. Merele rase, scăzute foarte puțin pe mașină cu 3—4 linguri de zahăr, puțin rom, vanilie, coajă de lămîie sau portocală, se așază în tavă peste foaie. A doua foaie se întinde și se așază peste mere, iar deasupra trei albușuri bătute cu 200 g zahăr pudră. Se coace la foc potrivit.

885. Tartă cu marmeladă

Aceleași cantități ca la rețeta precedentă, marmeladă.

Se prepară la fel ca tarta cu mere, înlocuindu-se merele cu marmeladă.

886. Rulouri din aluat fraged

Aluat fraged, 1 ou, frișcă sau diferite creme.

Se taie fîșii late de 2—3 cm din aluat fraged (v. 872). Se ung cu ou, se înfășoară pe forme de rulouri cumpărate sau confecționate din hîrtie groasă. Se coc și după ce s-au răcit se umplu cu frișcă sau cu diferite creme.

887. Cornulețe

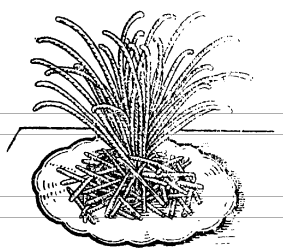
Aluat fraged, 250 g marmeladă.

Se întinde foaia, se taie triunghiuri, se pune marmeladă, nuci, mere sau brînză și se rulează, dîndu-se forme de cornulețe.

888. Snop

Aluat fraged, zahăr tos, chimen.

Din aluat fraged (v. 872), se taie bucățele care se rulează pe planșetă cu podul palmei, mai ascuțite la un capăt și mai groase la celălalt. Grosimea este cît a unui creion. Se așază în tavă în formă arcuită după ce s-au dat prin zahăr tos, sau sare și chimen. Se coc și după ce s-au răcit se așază într-o farfurioară în formă de snop, înfigîndu-se în alte bețișoare așezate culcate în farfurie, astfel ca snopul să poată fi susținut în picioare. Este foarte decorativ și se servește ca aperitiv.



PREPARATE DIN COCĂ PRIPITĂ

889. Cocă pripită

¼ litru apă, 100 g unt, 250 g făină, 4—5 ouă, un vîrf de cuțit sare.

Se clocotește apa cu untul și sarea. Se adaugă făina toată odată, amestecîndu-se bine să nu se facă cocoloașe. Se lasă să se răcească, se adaugă ouăle unul cîte unul și se amestecă. Din acest aluat se prepară: gogoși pripite, prăjituri cu cremă, choux-uri, ecleuri și diferite aperitive, umplîndu-se după ce s-au copt cu creme sau cu compoziții picante ca: icre, sardele frecate cu unt etc.

Observație. Pentru ca această compoziție să crească frumos, cuptorul trebuie să fie la început mai moale și apoi din ce în ce mai tare. Să nu se deschidă des cuptorul în timpul coacerii.

890. Gogoși cu cremă (choux-uri)

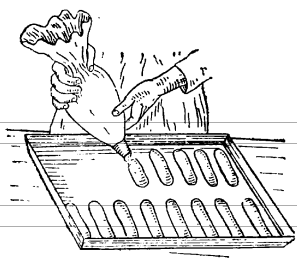
250 g făină, 100 g unt, 1/4 l apă, 4—5 ouă, sare, cremă de vanilie sau ciocolată.

Din compoziția de cocă pripită se toarnă cu cornetul sau cu linguriță bucăți rotunde, în formă de melc, în tavă neunsă. Se coc la foc potrivit ca să crească bine. Coapte, se scot, se lasă să se răcească și se umplu cu cremă de vanilie (v. 967) sau de ciocolată (cacao) făcîndu-li-se o gaură în fund.

891. Ecleruri

Aceleași cantități ca la rețeta precedentă.

Din aceeași compoziție de cocă pripită se toarnă în tavă, cu cornetul, batsonașe de 7—8 cm lungime. Se coc și, reci, se umplu cu cremă, tăindu-le într-o parte în lungime ca o tabacheră. Se glasează cu șerbet de ciocolată sau de zahăr ars etc



892. Tarte cu cremă și fructe

Din cocă pripită (v. 889) se toarnă cu cornetul forme rotunde sau dreptunghiulare cît tava. Se dau la cuptor. Reci, li se pune deasupra cremă de vanilie (v. 967), iar peste cremă fructe crude și apoi jeleu.

BUDINCI DULCI

893. Budincă de griș

5 linguri griș, 3 linguri zahăr, 3 ouă, sare.
Siropul: 1 litru lapte, 8 linguri zahăr, vanilie.

Într-un castron se bat cu telul, pe marginea mașinii, ouăle întregi cu zahărul pînă ce crema se ține de tel. Se adaugă grișul în formă de ploaie și puțină sare. Această

compoziție se pune în forma bine unsă și presărată cu pesmet și se dă la cuptor. O cunoaștem că este coaptă, înțepînd-o cu paiul. Cînd paiul este uscat, budinca este coaptă. În timpul cît budinca stă la cuptor, se fierbe laptele cu zahărul și vanilia. Cînd budinca este coaptă, se însiropează cu laptele fierbinte și se dă din nou la cuptor un sfert de oră, pînă ce budinca absoarbe tot laptele din vas. Se servește cu sos de vin (v. 894).

894. Sos de vin

4 gălbenușuri, 1/2 litru vin alb, 4 linguri zahăr.

Se amestecă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă vinul fiert cu scorțișoară, puțin cîte puțin, se fierbe pe foc pînă ce se glasează lingura. Sosul se servește cald, turnat peste budincă, sau se servește în sosieră. În loc de 4 gălbenușuri se pot pune 3 ouă întregi. La fel ca sosul de vin se prepară *sosul din lapte*. În loc de vin, se adaugă lapte, un baton de vanilie și o linguriță făină, suprimîndu-se scorțișoara.

895. Budincă de orez

250 g sau 1 pahar de orez, 1 litru lapte, 1/2 baton vanilie, 4 ouă, 100 g stafide, coaja rasă de la o lămîie, 100 g unt și 200 g zahăr.

Se fierbe orezul în lapte vanilat; sarea se pune la început, iar zahărul cînd orezul este fiert. În timp ce orezul se răcește, se freacă untul spumă, se adaugă orezul fiert, gălbenușurile întregi, stafidele alese și spălate, coaja de lămîie, se amestecă bine de tot și la urmă se adaugă albușurile bătute spumă. Această compoziție se pune în forma bine unsă și presărată cu pesmet, se coace la foc potrivit o oră. Se servește cu sos de vin, de lapte (v. 894), cu sirop de zmeură, de mure. Atît budinca de griș cît și budinca de orez cu lapte se mai pot prepara amestecate cu ciocolată (cacao) sau cu esență de cafea.

896. Budincă de pîine cu mere I

1 franzelă, 1 1/2 kg mere, 3 linguri zahăr, coajă de lămîie, 1 linguriță scorțișoară, 4 ouă, 1 pahar lapte, 100 g unt.

Se moaie franzela în lapte și se stoarce; se freacă untul spumă, se adaugă zahărul, gălbenușurile, miezul de franzelă, scorțișoară și se amestecă bine. Se adaugă albușurile spumă, coaja de lămîie și se amestecă ușor.

În forma unsă și presărată cu pesmet se pune un strat din această compoziție, un rînd de mere curățate și tăiate felii. Se coace la foc potrivit o oră. Se servește cu sos de vin (v. 894).

897. Budincă de orez cu mere

1 pahar orez, 1 l lapte, 100 g unt, 200 g zahăr, 7—8 mere, 200 g nuci, 50 g stafide.

Se fierbe orezul cu apă sau lapte. Se fierb separat mere acrișoare ca un compot scăzut de tot și dulce. Se așază în formă unsă și presărată cu pesmet, un rînd de orez, un rînd de mere și un rînd de nuci pisate și alt rînd de orez cu stafide. Se pune unt deasupra și se dă la cuptor (pentru dietă nu se pun nuci).

898. Budincă de pîine II

1 franzelă, 2—3 ouă, 150 g unt, 1 litru lapte, 200 g zahăr, fructe din dulceață.

Se taie franzela felii. Se unge forma cu unt. Se așază un rînd de felii de franzelă, se ung cu dulceață de vișine sau altă dulceață și se continuă astfel pînă se termină franzela. Se bat ouăle întregi, apoi se adaugă puțin cîte puțin lapte îndulcit și ferbinte și se toarnă peste franzelă. Se dă la cuptor să se rumenească. Nu trebuie să se umple forma, deoarece pîinea își mărește volumul și poate da afară din formă.

899. Budincă de clătite cu brînză și smîntînă

10—12 clătite, 300 g brînză de vacă, 150 g zahăr, coajă de lămîie, 1/2 pahar lapte, 2 linguri smîntînă.

Se prepară clătite (v. 913) din 2—3 ouă. Se umple fiecare clătită cu brînză de vacă amestecată cu ou, zahăr după gust și coajă de lămîie. Se rulează și se așază în formă sau într-o cratiță astfel: pe fundul cratiței se așază o clătită nerulată, apoi celelalte clătite rulate se așază în formă de cerc, mai multe rînduri. Deasupra se toarnă 1/2 pahar de lapte îndulcit sau două linguri de smîntînă îndulcită. Se coace la foc potrivit.

900. Budincă de griș cu mere sticloase

6—8 mere potrivit de mari, 3/4 pahar zahăr, 3/4 litru lapte îndulcit cu 1/2 pahar zahăr, 1 1/2 ceșcuță griș, 2—4 ouă întregi, 100 g unt.

Se curăță merele de coajă și de sîmburi, se așază întregi într-o cratiță peste 3/4 pahar zahăr și 100 g unt. Se dau la cuptor potrivit să se rumenească și să scadă zeama pe care au lăsat-o pînă începe să se caramelizeze. Se dau la rece și în timpul acesta se fierbe grișul cu laptele. Se lasă de asemenea să se răcorească și se adaugă ouăle întregi pe rînd, amestecîndu-se bine cu telul pînă se face ca o cremă. Peste mere se poate așeza (cine dorește) un rînd din orice fel de dulceață. Apoi se toarnă grișul și se dă la cuptor. Se răstoarnă caldă și se servește rece.

901. Budincă de orez cu mere sticloase

Aceleași cantități ca la rețeta precedentă, înlocuind grișul cu orez cu lapte.

Se prepară la fel ca budinca de griș cu mere sticloase, înlocuind grișul cu orez.

902. Budincă de orez cu caise sau vișine

Orez cu lapte, 1 kg vișine sau caise, 3—4 ouă, 150 g zahăr.

Se prepară orez cu lapte (v. 297). Rece, se amestecă cu gălbenușurile. Se toarnă într-un vas care merge la cuptor, se așază deasupra vișine sau caise care au fost date puțin la cuptor, se ornează cu albuș bătut spumă frecat cu zahăr și se rumenește la cuptor.

903. Budincă de clătite cu smîntînă

50 g unt, 3 ouă, 3 linguri zahăr, 3 linguri făină, 1/4 litru lapte, vanilie.
Crema: 1 gălbenuș, 2 linguri zahăr, 1 lingură făină, 100 g smîntînă.

Se freacă untul cu zahărul, se adaugă gălbenușurile pe rînd, făina, vanilia, laptele puțin cîte puțin și la urmă albușurile spumă. Din acest aluat se prepară clătite prăjite numai pe o parte. Se face crema. Se freacă gălbenușul cu zahărul și făina apoi cu smîntîna. Se unge fiecare clătită și se strînge în patru, se așază în formă și se mai toarnă deasupra un rest din compoziția de cremă sau numai cîteva linguri de smîntînă. Se coc la foc potrivit.

904. Budincă de smîntînă

6 ouă, 150 g zahăr, 3 linguri făină, 1 ceaşcă mare de smîntînă, coajă de lămîie.

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul, smîntîna, făina, coaja de lămîie şi la urmă se adaugă albuşul bătut spumă. Se toarnă în forma unsă şi presărată cu pesmet şi se coace fie la cuptor, fie în baia de apă la cuptor.

905. Budincă de clătite cu nuci

12 clătite, 300 g nuci, zahăr, coajă de lămîie, lapte sau smîntînă.

Se prepară la fel ca budinca de clătite cu smîntînă, înlocuind brînza cu nuci date prin maşină amestecate cu zahăr în cantitate după plăcere.

906. Budincă de fructe

1 kg fructe, 150 g zahăr, 3 albuşuri, 3—4 linguri zahăr.

Se fierb fructele (mere, pere sau piersici etc.), cu 150 g zahăr şi puţină apă pînă ce scad. Se aşază într-un vas special care merge la cuptor. Se toarnă deasupra 2—3 albuşuri bătute spumă cu 3—4 linguri de zahăr şi se rumeneşte la cuptor. Se poate garnisi cu fructe din dulceaţă şi frişcă.

907. Budincă de nuci

100 g unt, 100 g zahăr, 6 gălbenuşuri, 3 chifle reci muiate în lapte, 80 g nuci sau alune, 6 albuşuri bătute spumă, unt, zahăr pentru formă.

Se freacă untul cu zahărul, se adaugă gălbenuşurile unul cîte unul, nucile tăiate, chiflele trecute prin maşina de carne şi la urmă albuşul spumă. Se unge forma, se presară cu zahăr şi se fierbe în baia de apă pe foc sau la cuptor. Se serveşte cu sos de vin (v. 894), fără scorţişoară.

908. Budincă pralinată

6 albuşuri spumă, 75 g zahăr, 75 g alune sau nuci, 1/2 linguriţă făină, 50 g zahăr.

Se rumenesc 75 g zahăr, se adaugă alunele sau nucile, se toarnă într-un vas uns şi cînd s-au răcit se sfărîmă cu sucitorul. Se amestecă cu albuşul spumă bătut cu 50 g zahăr şi făina. Se toarnă în forma unsă şi presărată cu pesmet şi se fierbe în baia de apă. Se serveşte cu un şodou (v. 964) preparat din cele 6 gălbenuşuri rămase.

909. Budincă fină de lămîie

1 lămîie, 3/4 pahar zahăr, 1 lingură făină, 8 ouă.

Se fierbe o lămîie cu coajă 3 ore continuu pînă nu se mai cunoaşte ce a fost. Se scoate şi se freacă cu o lingură de făină, 8 gălbenuşuri, 3/4 pahar zahăr şi se adaugă albuşurile spumă. Se toarnă în forma unsă şi se coace în baia de apă pe foc sau la cuptor.

910. Budincă de vişine

500 g vişine, 150 g unt, 100 g zahăr, 6 ouă, o ceaşcă mare de pesmet, vanilie, o mînă de nuci sau de alune.

După ce li s-au scos sîmburii, se pun vişinele cu puţin zahăr să se scurgă, timp de o oră. Se freacă untul spumă, se adaugă gălbenuşurile pe rînd, zahărul, pesmetul, vanilia, migdalele sau alunele sau nucile măcinate, vişinele şi la urmă albuşurile spumă. Se toarnă în forma unsă şi presărată cu pesmet. Se coace cam trei sferturi de oră. Se serveşte cu sirop.

911. Budincă de caise

500 g caise, 150 g unt, 100 g zahăr, 6 ouă, pesmet, vanilie, nuci.

Se prepară la fel înlocuindu-se vişinele cu caise. Se serveşte cu sirop de vişine.

912. Budincă de cireşe amare

500 g cireşe amare, 150 g unt, 100 g zahăr, 6 ouă, pesmet, vanilie, nuci.

Se prepară la fel ca budinca de vişine. Se folosesc cireşe potrivit de amare şi se stropeşte cu sirop.

913. Clătite

2 ouă, 4 linguri făină, sare şi lapte cît cuprinde ca să se obţină o compoziţie groasă ca o smîntînă.

Se bat bine ouăle cu sarea, apoi cu făina şi se adaugă lapte pînă ce compoziţia devine ca o smîntînă de groasă. Se unge tigaia cu grăsime, se toarnă 1/2 de polonic din compoziţie şi se coc la foc domol; în timpul acesta se mai unge tigaia de jur împrejur cu grăsime. Se întoarce clătita, ridicînd-o cu un cuţit sau cine are îndemînare,

aruncă clătita în sus și o prinde pe partea cealaltă. Se poate adăuga puțin sifon sau drojdie de bere care le face mai pufoase.

914. Clătite cu cartofi

2 ouă, 2—3 cartofi, 3—4 linguri făină și lapte cît cu prinde.

Se fierb cartofii și se trec prin mașina de carne, apoi se amestecă cu făina, ouăle, laptele și se procedează ca la clătite.

915. Compoziție pentru prăjit în grăsime

Rețeta I: 150 g făină, 2 ouă, 1 pahar de vin, sare.
Rețeta II: 125 g făină, 2 ouă, 1 pahar lapte sau sifon, sare.

Se poate prepara cu oricare dintre aluaturile arătate.

Se bat ouăle cu sare, se adaugă făina și apoi vinul cald, sau laptele. În această compoziție se prăjesc: fructe, mere, caise etc.; carne, piept de găină, șnițel etc., care se scufundă în aluat și se prăjesc în grăsime multă, bine încinsă. Cu această compoziție se fac diferite preparate cu ajutorul unor mici forme care se introduc în compoziție și apoi se introduc în grăsime bine încinsă, iar coca friptă ia forma acestor aparate. Se servesc cu diferite legume.

PREPARATE DIN COCA DE TĂIȚEI

916. Tăiței

1 kg făină, 2—3 ouă, sare, o linguriță de leșie pregătită cu apă clocotită, apă cîtă se cere ca să se obțină o coca cît mai tare.

Se face o cocă tare, bine frămîntată și se împarte în mai multe turtițe. Fiecare din aceste turtițe se întinde foarte subțire cu vergeaua și se pune la zvîntat pe o masă așternută. Cu cît foaia este mai subțire, cu atît meritul gospodinei este mai mare. Foaia zvîntată și nu uscată se face rulou și se taie tăiței subțiri, fini, ca și cataiful, astfel: se rulează coca dintr-o margine pînă la mijloc. Se rulează tot pînă în mijloc partea opusă și se apropie rulou de rulou. Se taie ambele rulouri dintr-o dată, apoi între ele, pe sub tăiței se introduce o vergea de lemn, se ridică în sus și se atîrnă la uscat.

Din aceeași foaie se mai pot tăia :
Tăiței mai lați, cam de 1 cm.
Ioica în formă de romburi mici.
Degetare tăiate cu degetarul.

Orice formă s-ar tăia, se desfac foiță de foiță și se pun la zvîntat, în casă, la umbră. Apoi se pun în cutii și se păstrează la loc uscat. De obicei se fac în cantitate mai mare vara, cînd ouăle sînt mai ieftine. Se pot păstra tot anul.

917. Tăiței cu lapte

1 litru lapte, 50—100 g zahăr, 50—100 g tăiței, sare, vanilie.

Se clocotește laptele cu sarea și zahărul. Se adaugă tăițeii în formă de ploaie și apoi vanilia. Se fierbe bine și apoi se răstoarnă. Cît fierb pe mașină, se amestecă mereu ca să nu se prindă de cratiță.

918. Tăiței cu nuci

300 g făină, 2 ouă pentru tăiței, 1 l lapte, 1 lingură unt, 200 g nuci, 200 g zahăr, coajă de lămîie, scorțișoară după gust sau vanilie.

Se fierb tăițeii cu lapte sau în apă cu zahăr. Se răstoarnă în castron și deasupra se presară nuci pisate, după gust, și zahăr pudră.

919. Budincă de tăiței

Tăiței (v. 916), 1 l lapte, 2 ouă, 2 linguri pesmet, coajă de lămîie, vanilie, 200 g zahăr.

Se fierb tăiței în lapte cu vanilie (v. 917), coajă de lămîie, pînă ce scad. Se amestecă cu 2 gălbenușuri și albușul spumă. Se răstoarnă într-un vas uns și presărat cu pesmet și se dau la cuptor potrivit. Se pot servi simpli sau cu dulceață de vișine, zmeură etc.

TORTURI

Reguli de observat

I. Torturile se bat și se prepară în două feluri : a) se bat ouăle întregi la cald pe marginea mașinii, așa cum se arată mai jos și b) se bat la rece gălbenușurile cu zahărul și apoi albușurile spumă separat.

II. Ouăle trebuie să fie foarte proaspete.

Să fie bine bătute cu zahărul, pînă ce ridicînd telul în sus se observă că se scurge compoziția de pe tel încet, în formă de panglică.

III. Dacă se bat ouăle întregi cu zahărul pe marginea mașinii se încălzește numai puțin vasul.

Cînd sînt gata din bătut, se trage vasul de o parte și se mai bat cîteva secunde. Nu se bat decît foarte puțin la rece, deoarece se lasă compoziția, se subțiază și tortul nu mai reușește.

Se amestecă imediat și foarte ușor cu făina, care se toarnă în formă de ploaie.

Forma se unge cu grăsime și se presară cu făină, iar pe fund se așază o hîrtie tăiată exact cît fundul, să nu treacă marginile în sus.

Se coace la foc potrivit, care se mai iuțește puțin după ce tortul a crescut.

Se cunoaște dacă este copt, cînd se desprinde de pe vas și înțepat cu un pai, nu se mai prinde compoziția de acesta.

În timpul coacerii tortul nu trebuie mișcat.

Nu se schimbă brusc temperatura, după ce s-a scos din cuptor.

Se taie numai după ce s-a răcit.

Torturile sînt mult mai gustoase dacă se însiropează,

Dacă nu se respectă cantitățile stabilite pentru orice fel de tort, preparatul nu reușește.

Untul spumă se obține ușor dacă vasul (castronul) în care se freacă este încălzit pe abur mai înainte, iar untul este ținut în cameră caldă.

Blat înseamnă partea consistentă a tortului (pandișpanul).

Oblaten sînt blaturi de tort cumpărate în comerț.

Merengul este un blat alb obținut din albuș bătut cu zahăr.

Pralina se obține din zahăr ars amestecat cu nuci, alune sau migdale și apoi pisat, sfărîmat sau dat prin mașină.

Torturile de albuș se pun în tava unsă cu unt și presărată cu făină. *Se coc la un foc foarte slab*, numai să se întărească, nu să se rumenească.

Cremele pentru tort pot fi înlocuite în cazuri urgente, alegînd una din cremele care se pot prepara cu mijloacele de care dispunem în acel moment.

Cojile de la portocalele consumate nu se aruncă, se întrebuințează tăiate mărunt la prepararea unei dulcețuri speciale pentru prăjituri și torturi.

Dulceața de coji de portocale formează un condiment excelent pentru diferite creme sau prăjituri.

Blaturile cu albuș durează mai mult timp ținute la un loc uscat. Este bine să se prepare mai multe pentru a avea o rezervă atît de necesară în cazuri urgente.

Blaturile cu nucă și albuș de asemenea durează mai mult.

Blaturile din cocă de aluat franțuzesc durează mai mult timp ținute la un loc uscat. În caz urgent se întinde un gem peste o parte din blat, apoi dulceața specială de portocale și se acoperă cu altă parte unsă deasupra cu gem etc.

Torturile se glasează cu glazură de zahăr (șerbet) sau cu crema care s-a întrebuințat la tort. Glazura din șerbet se moaie puțin pe marginea mașinii, adăugîndu-i o bucată de unt proaspăt care dă un luciu foarte frumos glazurii.

Cel mai simplu, mai ușor de preparat și foarte gustos este tortul cu marmeladă.

920. Tort cu marmeladă

6 ouă, 120 g zahăr (6 linguri), 150 g făină (6 linguri). *Siropul :* 250 g zahăr, 1 lingură zeamă de lămîie, 1½ pahar de apă, ½ baton vanilie, 150 g rom, 600 g marmeladă de fructe, ½ albuș, 2 linguri zahăr pudră.

Se bat bine ouăle întregi cu zahărul într-un căzănel sau într-un castron pe marginea mașinii, cu telul, pînă se topește zahărul, iar compoziția își schimbă culoarea (devine albicioasă). Se trage vasul de o parte și se mai bate cîteva minute, apoi se adaugă făină în formă de ploaie, amestecîndu-se foarte ușor, ca să nu dea înapoi.

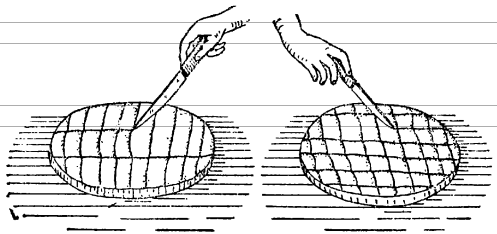
Tortul se coace în formă unsă cu grăsime, presărată apoi cu făină, iar fundul îmbrăcat cu hîrtie albă. Se coace la un foc potrivit. Tortul este bine copt, atunci cînd se desprinde de pe formă, iar cînd se înțeapă cu un pai, compoziția nu se lipește de acesta.

Cînd tortul este bine copt, se răstoarnă și se lasă să se răcească. Cînd este rece, se taie în trei felii egale. Se însiropează bine fiecare parte cu sirop rece, preparat din : apă, zahăr, zeamă de lămîie, vanilie și amestecate cu romul, cînd siropul este rece. După ce s-a însiropat, se ung foile cu marmeladă. Se reconstituie tortul. Se glasează apoi cu marmeladă caldă, subțiată dacă este nevoie cu foarte puțină apă. Se ornează cu o glazură, făcută dintr-o jumătate de albuș amestecat cu două linguri zahăr pudră.

Ornarea. Se unge toată suprafața tortului cu un strat de marmeladă apoi cu glazura, făcută dintr-o jumătate de albuș nebătut, amestecat cu două linguri de zahăr pudră. Se umple cornetul cu albuș amestecat cu zahărul pudră pînă devine alifios și se trag peste marmeladă, pe toată suprafața, linii drepte la distanță cam de 1 cm. Cu un bețișor ascuțit se trece apoi în sens invers peste liniile de albuș o linie de la dreapta la stînga și alta de la stînga la dreapta pînă se termină. Se obține astfel un aspect marmorat, frumos.

Altă garnitură. Se toarnă compoziția de tort (din 3 ouă) într-un strat de 1 cm grosime într-o tavă de plăcintă unsă și dată cu făină, se coace și se răstoarnă pe un șervet. Cînd este rece se unge cu marmeladă și se rulează.

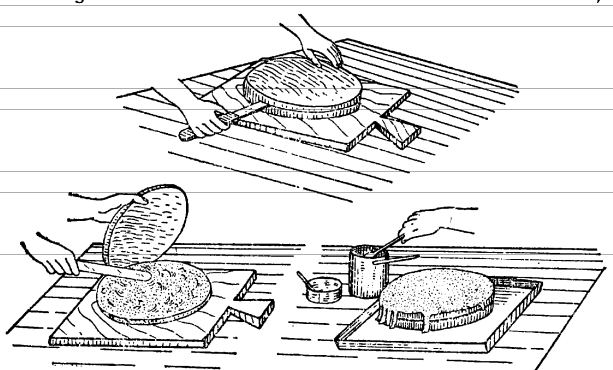
Se taie felii subțiri cam de 1 cm grosime și se așază una lîngă alta acoperind toată suprafața tortului. Cercurile de cocă și cercurile de marmeladă dau un aspect decorativ.



921. Tort de ciocolată

6 ouă, 6 linguri zahăr, 5 linguri făină, 1 lingură cacao. *Siropul :* 250 g zahăr, 1 1/2 pahar apă, 1/2 lingură de zeamă de lămîie, 1/2 baton vnailie, 150 g rom. *Crema :* 2 ouă, 1/4 litru lapte, 40 g făină, 3 batoane de ciocolată, 100 g zahăr, 50 g cacao, 250 g unt.

Se pregătește tortul după unul din procedeele arătate. Se adaugă făina amestecată cu cacao. Se amestecă ușor.



Compoziția se pune în forma unsă, presărată cu făină și tapetată cu hîrtie. Se coace la foc potrivit. După ce s-a

copt și s-a răcit, se taie tortul în două sau trei părți egale și se însiropează bine, așezînd prima foaie pe farfurie. Se întinde deasupra crema, se așază a doua parte și se acoperă cu crema, apoi se așază a treia parte. Dacă se îmbracă în cremă se va opri o parte din cremă.

Siropul: Se fierbe zahărul cu apa 10 minute și cînd este gata se adaugă vanilia, zeama de lămîie și romul.

Crema: Se prepară o cremă de vanilie. Se bat ouăle întregi cu zahărul pudră, se adaugă făină, cacao și ciocolată, apoi laptele fierbinte și se fierbe pînă se îngroașă. După ce s-a răcit se amestecă cu untul frecat spumă.

Tortul se poate glasa cu ciocolată rasă și dizolvată cu apă, o lingură de apă la două batoane; cu șerbet de ciocolată; sau se îmbracă tortul numai cu cremă.

922. Tort de nuci

6 ouă, 6 linguri zahăr, 1 lingură pesmet, 1 lingură făină, 100 g nuci măcinate.

Crema: 3 gălbenușuri, 1/2 pahar lapte, 3 linguri zahăr, 1/2 baton vanilie, 150 g rom, 200 g unt; separat 100 g zahăr și 150 g nuci pentru ars.

Siropul: 250 g zahăr, 1 1/2 pahar cu apă, 1/2 lingură zeamă de lămîie, 1/2 baton vanilie, 150 g rom.

Se bat ouăle cu zahărul ca și la celelalte torturi. Se adaugă nucile măcinate, amestecate cu făina și pesmetul. Se coace tortul la foc potrivit. Cînd este rece se taie în trei părți rotunde, tăiate dintr-o margine în alta a tortului. Se însiropează fiecare parte și se unge cu cremă.

Crema: Într-o crăticioară pusă într-un vas cu apă clocotită se amestecă pînă se îngroașă 3 gălbenușuri, 3 linguri de zahăr, 1/2 pahar de lapte și vanilie. Cînd s-a îngroșat crema, se dă la rece. Într-o tigaie se ard apoi 100 g zahăr și se toarnă peste nucile curățate, puse într-o farfurie de tablă unsă cu ulei, ca să nu se lipească de farfurie. Cînd s-a răcit, se rupe în bucăți și se dă prin mașina de nucă. Crema preparată mai înainte și răcită se amestecă cu untul frecat spumă, se adaugă apoi nucile amestecate cu zahărul ars și date prin mașină. Se întinde crema uniform pe toată suprafața foii. Tortul se glasează cu șerbet sau chiar cu crema rămasă.

Cremă de nuci (mai simplă). Nucile măcinate se amestecă cu zahărul, se pun la foc cu 1/2 pahar de lapte, pînă ce scad. Se răcesc, se amestecă cu untul frecat spumă, vanilia etc.

923. Tort moca

6 ouă, 6 linguri zahăr, 6 linguri făină, 1 lingură cafea, cernută prin sita deasă.
Siropul : 250 g zahăr, 1 1/2 pahar de apă, 1/2 lingură de zeamă de lămîie.
Crema : 2 ouă întregi, 100 g zahăr, 1 pahar esență de cafea, 250 g unt.
Glazura : 400 g zahăr, 1 1/2 pahar esență de cafea, 1 lingură zeamă de lămîie.

Ouăle bătute după unul din procedeele arătate (v. p. 285), se amestecă cu făina și cafeaua cernută prin sită deasă. Se coace. Se lasă să se răcească și se taie în două sau trei părți egale, rotunde. Se însiropează. Se reconstituie tortul cu straturi de cremă între cele trei părți.

Crema se prepară astfel : se amestecă într-un vas pe mașină la foc slab două ouă cu zahărul și cu esența de cafea, pînă ce se îngroașă, se dă la rece și se amestecă apoi cu untul frecat spumă.

Siropul se prepară la fel ca siropul de la tortul de ciocolată.

Tortul se glasează cu șerbet de cafea muiat.

924. Tort Negruța

4 ouă, 4 linguri zahăr, 100 g nuci pisate, 4 linguri cacao, 4 linguriță pesmet, 150 g frișcă.
Siropul : 250 g zahăr, 1/2 baton vanilie, 1 linguriță zeamă de lămîie, 50 g rom, 1 pahar apă.

Se bat ouăle după unul din procedeele arătate, se adaugă nucile amestecate cu pesmet și cacao. Se coace compoziția în forma unsă și presărată cu pesmet. Tortul copt se însiropează cu siropul rece, în forma în care s-a copt. Se mai dă un sfert de oră la cuptor, se răstoarnă și cînd este rece, se ornează cu frișcă bătută și amestecată cu o linguriță zahăr pudră.

925. Tort Maricel

6 ouă, 6 linguri zahăr (120 g), 6 linguri făină (150 g).
Siropul : 300 g zahăr, 1 1/2 pahar apă, 1 baton vanilie, 1 lingură zeamă de lămîie, 100 g rom.
Crema : 6 gălbenușuri, 6 linguri zahăr, 1 pahar lapte, 1 baton vanilie, 100 g rom, 300 g unt, 150 g fructe zaharate.

Se bat ouăle cu zahărul. Se adaugă făina. Se coace la foc potrivit. Rece, se taie în trei părți egale și se însi-

ropează cu un sirop preparat ca la tortul de ciocolată. Între foi se pune următoarea cremă.

Se amestecă în baia de apă pînă se îngroaşă gălbenuşurile, zahărul, laptele, vanilia. Se dă la rece şi se amestecă apoi cu untul frecat spumă, romul şi fructele zaharate.

926. Tort de alune

140 g alune, 140 g zahăr pisat, 140 g făină, 140 g unt, *Crema :* 3 ouă, 120 g zahăr, 1 baton vanilie, 100 g unt, 3 batoane ciocolată.

Se prăjesc alunele, se dau prin maşină şi se amestecă bine cu făina, zahărul, untul frecat spumă, ouăle. Compoziţia se coace la foc potrivit, în tavă bine unsă cu unt. Coaptă, se răstoarnă şi după ce s-a răcit se împarte în trei părţi egale. Între foi se pune crema, preparată astfel :

Crema : se bat pe foc 3 ouă cu 120 g zahăr, 1 baton vanilie, pînă ce se îngroaşă. Se lasă la rece. După ce s-a răcit, se adaugă ciocolata rasă şi muiată cu o lingură de apă şi apoi untul frecat spumă. Se dă la rece şi se ornează cu cremă. În loc de alune se pot întrebuinţa nuci.

927. Tort de nuci Mioara

350 g nuci măcinate, 1½ pahar zahăr, 9 ouă, 1 pahar apă, vanilie, 1—2 linguri cacao, 1 linguriţă făină.

Se prepară un sirop din toată cantitatea de zahăr, nu prea legat ; cînd încă clocoteşte, se toarnă nucile măcinate. Se lasă să se răcească, apoi se adaugă cacao, făina şi vanilia, gălbenuşurile unul cîte unul şi la urmă albuşurile. Se coace în formă unsă şi presărată cu făină. Se serveşte simplu sau cu boabe de vişine sau orice dulceaţă pe deasupra. Acest tort este foarte fin servit pe deasupra cu frişcă sau cu cremă delicioasă (v. 959).

928. Tort de nuci cu cremă fără unt

8 ouă, 1 pahar zahăr, 1 pahar nuci pisate, 3 linguri făină, vanilie sau coajă de lămîie.
Crema : ½ kg zahăr, 1 pahar esenţă de cafea.

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul pudră, coaja de lămîie sau vanilie, se adaugă nucile, făina şi albuşul spumă de la trei ouă. Se tapetează forma cu unt şi făină (forma specială pentru tort, de tablă cu fund separat) se dă la cuptor.

Crema : În timp ce se coace tortul, se face un șerbet de cafea din 500 g zahăr, legîndu-se mai tare. Se lasă să se răcească puțin (se freacă călduț), se adaugă restul de 5 albușuri bătute spumă, învîrtindu-se ca la șerbet, pînă ce se răcește complet. După ce s-a copt tortul, se întinde deasupra crema și se mai pune la cuptor încă 10 minute, pînă se prinde crema.

929. Tort de migdale, alune sau nuci

10 albușuri, 250 g zahăr pudră, 250 g migdale, alune sau nuci pisate.
Crema : 200 g unt proaspăt, 10 gălbenușuri, 3 linguri lapte, 3 linguri cacao, 1 lingură frankcafea concentrată.

La 10 albușuri bătute spumă, se adaugă 250 g zahăr pudră și 250 g migdale pisate. Se face o pastă din care se coc pe fundul formei de tort (bine unsă) 3 foi.

Crema : Se bat 10 gălbenușuri cu 200 g zahăr. Se adaugă 3 linguri de lapte cald, vanilie, 3 linguri de cacao și o lingură de frankcafea concentrată. Se amestecă pe marginea mașinii sau pe baia de apă pînă începe să se îngroașe. Se lasă să se răcească și se amestecă cu 200 g unt proaspăt, frecat spumă. Se ung atît blaturile, cît și pe deasupra cu această cremă. Se garnisește cu fructe, ciocolată, nuci glasate în zahăr ars, alune sau migdale rumenite puțin la cuptor.

930. Doboș-tort

5 gălbenușuri, 150 g zahăr, 3 linguri făină.
Crema : 4—5 ouă întregi, 250 g zahăr, 3 linguri cacao, 250 g unt, 1 lingură apă.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul și se adaugă făina, pe rînd cîte o lingură. Se împarte compoziția în 5—6 părți și se coc foile în forma de tort, unsă și presărată cu făină. Între foi se pune următoarea cremă.

Crema : Se freacă ouăle cu zahărul, se adaugă cacao subțiată cu apă, se amestecă pe baia de apă pînă se îngroașă. După ce s-a răcit se amestecă cu untul frecat spumă.

Deasupra se glasează cu zahăr ars sau cu aceeași cremă. Între straturi se poate așeza cremă de ciocolată.

931. Tort de portocale

8 ouă, 200 g zahăr cubic, 7 linguri făină, 1 lingură pesmet (se poate și fără pesmet).
Crema : 6 ouă, 200 g unt, 2 portocale (miez).
Siropul : 200 g zahăr, 1 pahar apă, 1 lingură zeamă de lămîie.

Zahărul bucăți se freacă bine pe coaja de portocală, apoi se pisează. Se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă și zeama de la o portocală, se adaugă făina puțin cîte puțin și albușurile spumă. Se toarnă în forma unsă și tapetată pe fund cu hîrtie și se coace.

Crema : Se prepară o cremă de vanilie (v. p. 306) din 6 ouă și se lasă să se răcească. Se amestecă apoi cu miez de portocală, tăiat bucățele mici, cu bucățele de dulceață de portocală și la urmă cu 200 g unt frecat spumă.

Se taie tortul în trei foi. Se însiropează, se pune crema între blaturi și se glasează cu șerbet de portocale, de lămîie sau se îmbracă în cremă.

Se ornează cu coajă de portocală fiartă în sirop, tăiată în mici rondele și cu firișoare tot din coajă, așezate în formă de rămurele sau cu felii de portocale așezate peste cremă în diferite forme.

932. Tort de smochine

300 g smochine, 7 albușuri, 250 g alune sau nuci, 200 g zahăr, 2 linguri făină, 1 lingură pesmet.
Crema : 7 gălbenușuri, 250 g zahăr, 250 g unt, vanilie, 50 g cacao și 2 linguri frankcafea sau 3 batoane ciocolată, 5—6 linguri lapte, 2—3 linguri făină.

Se taie smochinele firișoare fine. Se trec nucile prin mașină. Se separă albușurile de gălbenușuri. Se bat albușurile spumă, se adaugă zahărul pudră, nucile, smochinele, făina și pesmetul. Se împarte compoziția în trei părți și se coc pe rînd pe dosul unei crătiți, unsă și presărată cu făină.

Crema : Se freacă gălbenușurile cu zahărul, cacao sau ciocolată topită în lapte, 2 linguri de frankcafea concentrată și făină. Se bate pe baia de apă pînă ce se îngroașă. Se lasă să se răcească și se amestecă cu untul frecat spumă. Se așază crema între blaturi, se îmbracă tortul cu cremă și se presară deasupra cu nuci sau alune tăiate felii, rumenite la cuptor. Se servește cu frișcă.

933. Tort de curmale

Se prepară la fel ca tortul de smochine.

934. Tort ușor și fin

Aluat franțuzesc, 1/2 kg marmeladă de caise, glazură albă, fructe zaharate.

Se prepară un aluat franțuzesc (v. 850). Se întinde o foaie mai subțire din care se coc separat 3—4 forme, fie rotunde, fie pătrate. După ce s-au răcit, se unge fiecare cu o marmeladă fină de caise și se așază una peste alta. Pe ultima foaie se unge un strat subțire de marmeladă care se glasează cu o glazură caldă, albă din lămîie sau roz din fructe (v. Glazuri, p. 304). Se ornează cu fructe zaharate sau din dulceață.

935. Tort în 7 minute

3 linguriţe zahăr, 3 linguriţe miere de albine, 3 linguriţe ulei, 1 lingură cacao.

Se pun toate la fiert și din momentul cînd au început să fiarbă se țin 7 minute, amestecînd mereu.

Această cremă se așază între blaturi ce se pot cumpăra din comerț. Se taie cu cuțitul cald, muiat în apă fierbinte.

936. Tort cristal

1 1/2 kg mere, 150 g unt, 1 pahar zahăr pudră sau tos. marmeladă sau dulceață de vișine.
Pandișpan : 6 ouă, 6 linguri zahăr, 4 linguri făină.

Se aleg mere mai mici (cam 10—14 mere), se curăță, li se scoate mijlocul care se umple cu dulceață de vișine sau cu marmeladă. Se așază într-o cratiță peste un strat de zahăr și unt. Se dau la cuptor pînă ce se glasează merele, adică pînă ce prind un luciu, iar siropul începe să se coloreze. Se dă la rece.

În acest timp se prepară compoziția de pandișpan. Se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă făina și apoi albușurile bătute spumă. Se toarnă peste mere și se coc la foc potrivit. Rece, se răstoarnă în farfuria în care se servește. Deasupra se pot pune nuci tăiate bucățele nu prea mici. Se poate prepara cu merele neumplute.

937. Tort de mere

250 g unt, 200 g zahăr, 500 g făină, 5 ouă, coaja și zeama de la o lămîie, 1 1/2—2 kg mere.

Se freacă mai întîi bine untul cu zahărul, apoi cu făina, două gălbenușuri fierte, două crude și un ou întreg. Se împarte coca în patru părți egale. Se coc separat două foi. Cu una din părțile rămase se fac rulouri subțiri, care se așază în formă de grilaj peste foaia a treia. Se unge cu ou și se coace separat și această a treia foaie. Se rad merele, se amestecă cu zahărul și cu unt, se scad puțin pe mașină și se așază între cele două foi coapte la început. Ultima foaie coaptă se pudrează cu zahăr și în fiecare pătrat de grilaj se așază cîte un bob de vișină din dulceață, apoi se pune deasupra tortului.

938. Tort de cacao

10 ouă, 300 g unt proaspăt, 400 g zahăr, 40 g făină, 100 g cacao (pentru tort și pentru cremă),

Din această cantitate se pot servi 15 persoane.

Se freacă 8 gălbenușuri cu 200 g zahăr la care se adaugă apoi 50 g cacao și făina. La sfîrșit se adaugă 10 albușuri spumă. Se împarte coca în două părți și se coace fiecare foaie separat în forme egale sau se coace toată compoziția în forma de tort și apoi se taie în jumătate.

Crema: Se prepară un sirop gros ca pentru șerbet din 200 g zahăr, 1 pahar de apă la care se adaugă 2—3 linguriță de cafea și 50 g cacao. Se freacă untul spumă și se adaugă siropul rece, încetul cu încetul, iar la urmă pe rînd cele două gălbenușuri rămase și se amestecă bine. O parte din această cremă se așază între cele două blaturi, iar cu restul se acoperă tortul.

939. Tort fin de ciocolată

150 g unt proaspăt, 6 ouă, 150 g zahăr, 150 g ciocolată, 50 g cacao, 1/2 lingură pesmet.

Se freacă untul cu 6 gălbenușuri, cu 150 g zahăr și cu 150 g ciocolată topită la cuptor. Se freacă cel puțin un sfert de oră. Se adaugă mai departe 50 g cacao, 1/2 lingură pesmet și se mai bate pînă ce se împlinește o oră. Se adaugă albușul bătut spumă. Se împarte compoziția în două părți egale. O parte se dă la rece, cealaltă parte rămasă se împarte în trei părți egale și se coc separat trei foi în forma unsă cu unt, presărată cu făina și îmbrăcată cu hîrtie. Se

așază în farfuria de tort și se unge fiecare foaie cu crema oprită la rece. Se învelește cu cremă pe toată suprafața și se garnisește după plăcere.

940. Tort de migdale

150 g unt, 150 g făină, 150 g zahăr pudră, 100 g migdale sau nuci rumenite la cuptor și sfărîmate cu sucitorul, 1 ou.

Se frămîntă toate cu un gălbenuș de ou. Se desparte compoziția în patru părți egale și se coc separat. Se umplu între ele cu frișcă sau cu orice cremă, sau crema de la tortul anonim (v. 948).

941. Tort de sîmburi

200 g unt, 300 g zahăr, o mînă de sîmburi de prune, 10 albușuri, 250 g făină.

Untul frecat spumă, zahărul, sîmburii rumeniți și măcinați se amestecă cu 10 albușuri bătute spumă și 250 g făină. Se coace în forma unsă. Se taie și se unge cu marmeladă. Se poate coace în formă de chec. Se poate unge și cu o cremă de vanilie.

942. Tort de nuci simplu

8—9 ouă, 1 pahar zahăr, 1 pahar plin cu nuci măcinate, 3/4 pahar pesmet.

Siropul : 300 g zahăr, 1 1/2 pahar de apă, 1 baton vanilie, 1 lingură zeamă de lămîie, 50 g rom.

Crema : 200 g unt, 200 g nuci, 150 g zahăr, vanilie, 1/2 pahar lapte.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă nuci și pesmetul și la urmă albușurile bătute spumă. Se coace în forma unsă și tapetată cu hîrtie. Se taie în două sau în trei părți. Se însiropează, se stropește cu o lingură de rom și se pune la mijloc crema de nuci.

Crema : Se trec nucile prin mașină, se amestecă cu zahărul, vanilia, se opăresc cu laptele clocotit și se țin pe foc cîteva minute pînă ce scad. Se lasă să se răcească și se amestecă cu untul frecat spumă.

943. Tort fiert

4 ouă, 250 g zahăr, 100 g nuci, 50 g unt. 1 lingură pesmet, 1 lingură făină, vanilie, rom.

Se freacă untul, se adaugă pe rînd gălbenușurile, zahărul pudră și nucile măcinate, albușurile spumă, iar la urmă

pesmetul stropit cu un pahar mic de rom, făina și vanilia. Pesmetul și vanilia, pentru ca să se amestece egal, se adaugă cernîndu-se printr-o sită în timp ce se amestecă ușor. Se tapetează forma cu hîrtie, se răstoarnă compoziția și se fierbe în baia de apă o jumătate de oră. Se scoate și se trece la cuptor cîteva minute ca să se zvînte.

944. Tort fără zahăr și fără ou

500 g marmeladă, 6 linguri lapte, 2 linguri ulei, praf de copt, 1 pahar făină, vanilie, coajă de lămîie sau de portocală, nuci tăiate, rahat tăiat bucățele.

Se freacă marmelada cu telul, cu uleiul, laptele (sau în lipsă cu sifon), făina și celelalte. Se coace în forma unsă și presărată cu făină. Cine dorește poate adăuga și un pumn de nuci tăiate sau bucățele de rahat. Se unge cu marmeladă.

945. Tort St. Honoré

7 albușuri, 300 g alune sau migdale măcinate, 300 g zahăr pudră, 1 lingură făină.
Crema : 1/2 pahar apă, 150 g zahăr, vanilie pentru sirop, 300 g unt, 7 gălbenușuri, 100 g zahăr, 100 g alune.
Funda : 1 kg zahăr pudră, 100 g ulei, 500 g migdale pentru înțepat.

Se bat albușurile spumă, se amestecă cu zahărul, alunele măcinate și făina. Se unge o tavă cu unt și se presară cu făină. Se toarnă compoziia în grosime cam de 1 1/2 cm. Se coace la un foc domol fără să se rumenească, ci numai să se întărească. Rece, se taie în patru, obținîndu-se patru dreptunghiuri de mărime egală.

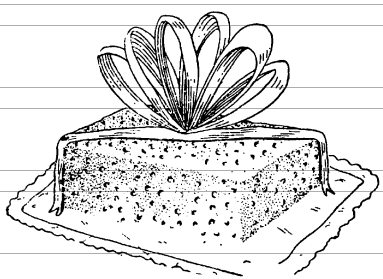
Crema : Se prepară o nuga din 100 g zahăr, 100 g alune, în felul următor. Se arde zahărul, se adaugă alunele și imediat se răstoarnă pe o tavă unsă. Rece, se trece prin mașină. Se freacă spumă 300 g unt, se amestecă cu nugaua și se păstrează pînă ce se prepară siropul. Se fierbe 1/2 pahar apă cu 150 g zahăr pînă se obține un sirop potrivit de gros. Se bat gălbenușurile bine în baia de apă, se adaugă puțin cîte puțin siropul și se bate bine pînă devine o cremă. Această cremă se amestecă cu untul și nugaua și se mai adaugă 2 linguri de rom.

Se așază primul blat pe farfurie, se unge cu cremă, se așază al doilea și se continuă pînă ce se așază ultimul. Se îmbracă tot tortul în exterior cu cremă în grosime cam de 1 cm. Se înțeapă des cu migdale tăiate în lungime și

rumenite puțin la cuptor, pe toată suprafața, lăsînd liberă o diagonală lată cam de 5—6 cm, de la un colț la altul și care se prelungește și pe părțile laterale (colțurile). Această diagonală va fi acoperită cu o panglică de zahăr ars pe care va fi fixată o fundă mare de zahăr ars.

Funda : 1 kg zahăr pudră, 100 g ulei. Se lucrează numai pe tava de aramă care nu se răcește repede și care trebuie să stea în permanență caldă. La îndemînă trebuie să se afle un vas cu ulei în care să se moaie mîinile mereu, în timpul cît se lucrează. Se ard cîte 5 linguri de zahăr pînă capătă o culoare frumoasă și nu prea închisă. Se toarnă o fișie oblică pe fundul tăvii și imediat se întinde în lățime cu degetele muiate des în ulei, ca să nu se ardă mîna. Cu un cuțit cald, se taie marginile neregulate de pe o parte și de pe cealaltă și se obține astfel o panglică lată de 3—4 cm și lungă de 30 cm. Prima panglică se aplică peste diagonala rămasă neînțepată, astfel încît capetele să acopere colțurile pînă la farfurie.

Se ard din nou 5 linguri de zahăr și se toarnă în tava cît mai caldă. Se procedează la fel apoi se apucă panglica de ambele capete cu amîndouă mîinile unse, se aduc și se unesc capetele, iar în acest moment persoana care lucrează se întoarce spre fereastra deschisă cu bucla în mînă ca să întărească bucla. Se procedează la fel cu toate celelalte bucle pe rînd. Ca să fie reușită, funda trebuie să fie transparentă și de culoare deschisă. Buclele se dau la rece, nu la umed și cînd se așază pe tort, se moaie capătul fiecărei bucle în zahăr ars apoi se unesc toate la mijlocul tortului în formă de fundă cu mai multe bucle. Printr-o îndelungată experiență se ajunge să se obțină o fundă din ce în ce mai frumoasă. Acest tort se mai numește și arici. Este cît se poate de gustos și de aspectuos.



946. Tort de castane

6 ouă, 300 g zahăr, 350 g castane, o lingură făină.
Crema : 200 g zahăr, 350 g castane, 250 g frișcă, 1 lingură rom.

Se fierb castanele și cît sînt calde se curăță de coajă și de pieliță subțire. Se zdrobesc și se trec prin mașina de carne și apoi prin sită. Se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă jumătate din cantitatea de castane și făina, iar la urmă albușurile spumă. Se coace în forma unsă și presărată cu făină și cînd este rece, se taie în două sau trei blaturi. Se ung blaturile cu crema astfel preparată : se face un sirop, legat mai bine, se amestecă cu restul de piure de castane, cu romul și frișca. Se învelește tortul în exterior cu un strat de frișcă gros de 1 cm. Atît în compoziția de tort, cît și în cremă se pot adăuga migdale rumenite la cuptor și pisate în cantitatea dorită.

Crema se poate amesteca cu 200 g unt spumă.

947. Tort minune

500 g făină, 250 g miere, 250 g zahăr, 3 ouă, 100 g nuci măcinate și o linguriță praf de copt.
Crema : 500 g nuci, 150 g zahăr, 2 pahare smîntînă, vanilie.

Se frămîntă făina cu mierea, zahărul, nucile și ouăle și se lasă să stea 2—3 zile. După aceea se împarte coca în 10 părți egale care se coc separat pe fundul formei. Se obțin 10 blaturi care se ung între ele cu crema preparată astfel.

Crema : Se amestecă nucile, zahărul, smîntîna și vanilia, pînă ce se încorporează toate bine și se așază între blaturi. Se îmbracă tortul în exterior cu un strat de frișcă. Se poate îmbrăca numai în cremă. Se poate umple numai cu frișcă sau cu oricare cremă de la torturile de albuș. Blaturile de la acest tort durează multă vreme și se pot prepara mai multe o dată pentru a avea la nevoi urgente.

TORTURI DIN ALBUȘ

Torturile din albuș se prepară în mai multe feluri :
1. Blaturi simple albe.
2. Blaturi de albuș amestecat cu nuci măcinate neprăjite.
3. Blaturi de albuș amestecat cu nuci prăjite la cuptor.
4. Blaturi din albuș amestecat cu nuci pralinate (în zahăr ars).

Nucile sau alunele pralinate (prăjite în zahăr ars), se răstoarnă neapărat într-un castron sau tavă unsă ca să nu se lipească.

Torturile din albuș se scot din tavă cînd sînt încă fierbinți, introducînd un cuțit între blat și tavă.

Cuptorul trebuie să fie slab.

Torturile din albuș se ornează cu :

a) frișcă și fructe ;

b) cremă și jumătăți de nuci sau alune glasate cu zahăr ars ;

c) înțepate cu nuci sau cu migdale tăiate ca fideaua ;

d) se mai ornează cu bezele sau pricomigdale lipite unele lîngă altele de jur împrejurul tortului peste cremă și pe deasupra cu un bob de dulceață pe fiecare pricomigdală.

Se vor citi cu atenție instrucțiunile generale (v. 285).

948. Tort anonim

Blaturi : 6 albușuri, 300 g zahăr, 300 g nuci.
Crema : 6 gălbenușuri, 150 g zahăr, 3 linguri esență de frankcafea, 50 g cacao, 300 g unt, vanilie, 300—500 g frișcă, după plăcere.

Se prăjesc nucile la cuptor pînă ce capătă o culoare brună. Se zdrobesc cu sucitorul sau se pisează. Se bat albușurile cu zahărul la cald, pe colțul mașinii sau pe baia de apă. Se bat bine și se adaugă nucile. Se împarte compoziția în patru părți și se coace fiecare separat în forma unsă și presărată cu făină. Se umple cu următoarea cremă.

Crema : Se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă frankcafea, cacao și vanilie. Se bate la foc slab sau pe baia de apă pînă se îngroașă. Se lasă să se răcească și se amestecă cu untul frecat spumă.

Tortul umplut se îmbracă în frișcă.

949. Tort muselin

6—8—10 albușuri. De fiecare ou o lingură de zahăr pudră, frișcă, fructe.

Se bat albușurile spumă, se adaugă zahărul, se împarte în mai multe părți și se coc separat în forme din ce în ce mai mici. Reci, se așază foaia cea mai mare în farfuria de tort și apoi restul foilor în ordine descrescîndă, cu frișcă între ele. Se obține o formă cu atît mai înaltă cu cît s-au întrebuințat mai multe albușuri din care au rezultat mai multe foi. Se decorează cu fructe zaharate sau cu fructe proaspete (căpșuni, zmeură etc.), după ce s-a învelit tot tortul cu frișcă.

950. Tort de albuș

Blaturile : 7 albușuri, 250 g zahăr, 150 g nuci sau migdale.
Crema : 7 gălbenușuri, 150 g zahăr pudră, 7 linguriţe esenţă de cafea, 200 g unt, vanilie, rom, 50 g cacao.

Albușurile bătute spumă se amestecă cu zahărul pudră, turnat cîte puţin, apoi nucile trecute prin maşină. Se împarte compoziţia în 3—4 părţi şi se coace fiecare pe fundul formei de tort, unsă cu unt şi presărată cu făină multă. Cuptorul trebuie să fie slab.

Crema : Se fierbe esenţa de cafea sau cacao cu două linguri de zahăr, pînă se îngroaşă puţin. Se adaugă restul de zahăr şi gălbenușurile pe rînd şi amestecînd mereu, apoi se dă la rece. Se bate untul spumă, se amestecă cu crema, vanilia şi romul. Se aşază această cremă între blaturi, iar cu o parte din cremă se înveleşte tortul şi se ornează cu bucăţele mici de nuci pralinate.

951. Tort mereng

5—6 albușuri, 200—300 g zahăr, 500 g frişcă.

Albușurile se bat spumă tare cu zahărul şi se toarnă cu cornetul într-o formă de tort, unsă, un strat subţire de albuş, în formă de cerc, pe tot fundul formei. Pe marginea formei se aşază, tot în formă de cerc, cu cornetul, cercuri unele peste altele, pînă se îmbracă pereţii formei cam 7—8 cm înălţime, lăsînd mijlocul gol. Se coace la foc slab. După ce s-a copt, se scoate pe o farfurie, se aşază la mijloc un rînd de fructe (fragi, căpşuni, zmeură) peste care se pune frişcă şi se garniseşte apoi cu aceleaşi fructe din care s-au pus înăuntrul formei. Se poate umple şi cu spumă din aceste fructe preparată astfel : un pahar zahăr, un pahar fructe, un albuş, bătute bine spumă, pînă capătă consistenţa unei creme.

952. Tort de argint

Blaturi : 500 g făină, 250 g miere, 250 g zahăr, 3 ouă, 100 g nuci măcinate, 1 linguriţă bicarbonat.
Crema : 200 g unt, 2 gălbenușuri, 150 g nuci, 150 g zahăr, vanilie, 500 g frişcă.

Se frămîntă o cocă, amestecînd făina cu mierea, zahărul, ouăle, nucile şi bicarbonatul dizolvat în rom şi se lasă să se odihnească 2—7 zile. Se împarte coca în 8—10 părţi egale. Se întind de mărime egală şi se coc la foc potrivit.

Crema : Se freacă untul cu zahărul, se adaugă gălbenușurile, nucile date prin mașină, vanilia și frișca. Se suprapun foile unse gros cu această cremă, iar ultima foaie se pudrează cu zahăr. Această cremă poate fi de culoare mai închisă sau mai deschisă dacă se adaugă 2—3 linguri de cacao.

953. Tort pralinat I

250 g zahăr, 250 g alune sau nuci date prin mașină, 6 albușuri, frișcă sau o cremă.

Se arde zahărul, se adaugă alunele sau nucile și se răstoarnă într-un castron uns. Reci, se trec prin mașină și se amestecă cu albușurile spumă. Se împarte în patru părți și se coace fiecare foaie separat la cuptor foarte slab. După ce s-au copt se umplu cu frișcă sau cu crema de la tortul anonim (v. 948).

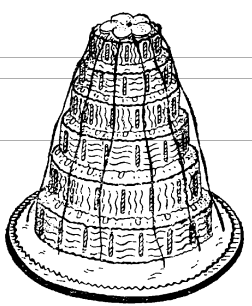
954. Tort pralinat II

Pentru praline : 200 g zahăr, 200 g nuci.
Foile : 100 g unt, 100 g zahăr, 50 g făină, 6 ouă.
Frișcă sau cremă.

Se pralinează zahărul și nucile. Se freacă untul cu zahărul, se adaugă gălbenușurile, făina, nucile pralinate și măcinate și apoi albușurile spumă. Se coc patru foi și se umplu cu frișcă sau cu crema de la tortul de argint (v. 952).

955. Tortul miresei

Tortul miresei trebuie să fie neapărat alb. Sînt două posibilități :



1. Se poate glasa cu șerbet de lămîie.

2. Se îmbracă tortul în frișcă.

1. Din compoziția tortului Maricel (v. 925) se prepară 4—6 torturi cu diametru din ce în ce mai mic Pentru a da o linie plăcută, diferențele dintre diametre trebuie să fie egale. De exemplu : dacă tortul de bază se prepară din 16 ouă, se scade treptat la 14, 12, 10, 8, 6 4. Cînd fiecare tort este glasat, se așază unul peste altul în ordine descrescîndă. Se ornează cu flori albe, iar din vîrf se revarsă fire de beteală.

2. Tortul minune (v. 947), tortul muselin (v. 949), tortul de argint (v. 952) sau oricare alt tort cu bază de albuș, pregătit în forme din ce în ce mai mici, după cît vrem ca tortul miresei să fie de înalt, se așază tot în ordine descrescîndă și se îmbracă de sus și pînă jos cu un strat gros de frișcă. Se ornează cu cornetul.

DIFERITE CREME

956. Cremă de castane

1 kg castane, 100 g unt, 500 g frișcă și 30 g rom.
Siropul : 300 g zahăr, 1 pahar apă, 1 baton vanilie, 1 lingură zeamă de lămîie.

Se fierb castanele în apă clocotită și cînd sînt bine fierte, se scot din apă cîte puține, se curață de coajă și curățate se mai fierb o dată, apoi se dau imediat prin sită de păr cît sînt fierbinți (reci se dau mai greu). Se amestecă piureul cu lingură de lemn (nu se întrebuințează lingură de metal la cremă de castane, căci se înnegrește). Se prepară un sirop foatre bine legat. După ce s-a răcit se adaugă puțin cîte puțin peste piureu, amestecînd bine. Se mai adaugă apoi untul frecat spumă, 300 g frișcă bătută, romul și se așază în forma de savarină și se servește cu frișcă.

957. Crema spumă de fructe

1 farfurie adîncă plină de căpșuni, zmeură, fragi etc., 200 g zahăr pisat, 3 foi de gelatină, 250 g frișcă.

Se trec fructele prin sită, oprindu-se un sfert din ele întregi. Se topește gelatina cu două linguri de apă caldă, se amestecă cu căpșunile date prin sită, cu zahărul, cu trei părți din cantitatea de frișcă. Se adaugă fructele întregi, se așază în compotieră și se dă la rece. Se poate îmbrăca forma cu biscuiți. Se garnisește cu frișcă în momentul cînd se servește.

958. Cremă de ciocolată

2 gălbenușuri, 60 g zahăr pudră, 4 linguri lapte, 150 g unt, 150 g ciocolată.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul pudră. Se oprește cu laptele, turnîndu-se puțin cîte puțin și se îngroașă pe baia de apă. După ce s-a răcit, se amestecă cu untul frecat spumă și cu ciocolată rasă. Se așază fie direct pe farfurie,

fie într-o formă unsă și se dă la rece. Din formă se răstoarnă pe farfurie și se ornează cu frișcă.

959. Cremă delicioasă de cacao

300 g zahăr, 80 g cacao, 300 g unt, 1 ceșcuță apă,

300 g zahăr se fierb cu o ceșcuță mică de apă pînă ce luat între degete se ține ață. Se freacă mereu adăugîndu-se 80 g cacao. După ce s-a încorporat bine toată cacaua, se dă jos de pe foc, se ia cîte o linguriță de unt și se amestecă cît se poate de repede pînă se termină tot untul. Se procedează cu mare iuțeală astfel ca untul să nu aibă timp să se sleiască, ci să fie înghițit de siropul fierbinte. Din această compoziție se mai pot face. bomboane, trufe tăvălite prin cacao.

GLAZURI

Glazurile sînt de mai multe feluri. Se pot face din șerbet, ciocolată, creme, albuș, marmeladă.

Glazurile din șerbet sînt de mai multe culori : albe din lămîie sau portocale, roz din zmeură, fragi.

Șerbetul de cafea, vanilie, cacao, ciocolată, zahăr ars, lămîie sau zmeură, sau orice fructe se poate întrebuința la glasatul torturilor în felul următor : se moaie o cantitate potrivită într-o cratiță, la marginea mașinii sau pe baia de apă, subțiindu-se dacă este necesar cu cîteva picături de apă sau zeamă de lămîie, iar la urmă cu puțin unt proaspăt, care ajută ca glazura să capete un luciu frumos. Se toarnă imediat peste tortul așezat pe un fund sau pe o tavă, sau pe orice vas curat, astfel ca să se poată folosi șerbetul care curge pe marginile tortului. Se întinde cu lama cuțitului șerbetul de pe margini și apoi se așază în farfuria de servit și se garnisește după plăcere. Se poate așeza tortul direct pe farfuria de servit așezată pe o tavă.

960. Glazură imitație de șerbet

1 l lapte, 200 g zahăr, 2—3 linguri făină, 50 g unt.

Se prepară o cremă de zahăr ars fără ou (v. 989). Se întinde caldă peste tort și se ornează cînd este rece, presărîndu-se deasupra diferite fructe tăiate mărunt, cremă de vanilie, cîte o jumătate de nucă, coajă de portocale din dulceață etc.

961. Glazură din albuș

1 albuș, 4 linguri zahăr.

Această glazură se întrebuințează mai ales ca o garnitură la tortul uns cu marmeladă. Se procedează în modul următor: după ce tortul a fost glasat cu marmeladă subțire, se trag cu cornetul linii drepte, oblice sau în formă de evantai din următoarea compoziție: 1 albuș bătut spumă tare și frecat cu 4 linguri de zahăr pudră pînă devine alifios. Vezi tort cu marmeladă (v. 920).

962. Glazură cu cremă

Din crema întrebuințată la tort se oprește o parte, pentru a se glasa tortul. Se întinde cu lama unui cuțit pe toată suprafața. Pentru aspect se aruncă nuci tăiate atît pe deasupra tortului, cît și pe margini, sau fructe din dulceață, sau fructe zaharate tăiate în diferite forme.

963. Glazură de cacao sau de ciocolată

Dacă nu avem șerbetul respectiv, se poate adăuga cacao sau ciocolată în oricare șerbet de culoare deschisă, încălzindu-l pe marginea mașinii. Se mai pot topi 100—200 g ciocolată pe marginea mașinii sau în baia de apă, adăugîndu-se 1—2 linguri de apă și amestecînd mereu pînă devine alifios. Se adaugă apoi zahăr pudră și se amestecă mereu tot la cald, apoi unt cît o nucă și se toarnă peste tort.

DIVERSE CREME ȘI SPUME

Cremele pot fi servite în vas special sau la cești. Oricare cremă poate fi servită la cești amestecată cu fructe crude cu un strat de fructe tăvălite în zahăr deasupra, cu frișcă sau cu spumă de fructe.

Pentru a-i da un aspect deosebit, se înfig deasupra cremei 3—4 pesmeți.

Crema de vanilie: Crema de vanilie se prepară mai subțire sau mai groasă după cum o servim: la cești, la budinci, la plăcintă, la tort. Cu cît se întrebuințează mai multe ouă (8 la un litru de lapte) și se folosesc numai gălbenușurile fără albușuri și fără făină, cu atît crema este mai fină.

Cu cît această cremă este mai aromată, cu atît este mai plăcută la gust.

Se poate prepara bătînd ouăle întregi cu zahărul sau numai gălbenușurile și albușurile bătute spumă adăugate în ultimul moment, cînd crema este încă fierbinte.

Această cremă formează baza la mai multe alte creme.

Dacă se întîmplă să se taie se ia imediat de pe foc. Se dă la rece și se bate puternic cu telul pînă ce devine bună sau se trece prin sită.

964. Cremă fină de vanilie (șodou)

1 l lapte, 6 gălbenușuri, 300 g zahăr, vanilie.

Se fierbe laptele, se bat gălbenușurile cu zahărul. Se toarnă puțin cîte puțin peste ouă laptele clocotit. Se fierbe la foc moale, de preferat în baie de apă, pînă ce începe să se îngroașe.

Se servește la cești, peste budinci (v. 985 Cremă delicioasă, 986 Insulă plutitoare, 984 Lapte de pasăre).

Un șodou mai puțin fin dar tot așa de bun se prepară și cu ouăle întregi.

Această cremă are mai multe derivate.

965. Cremă de vanilie cu albuș

1 l lapte, 6 ouă, 300 g zahăr, vanilie.

Se prepară ca și crema fină de vanilie (v. 964) cu deosebirea că se amestecă și albușurile spumă înainte de a fi dată jos de pe foc, apoi se dă la o parte și se mai amestecă. Se servește la cești.

966. Cremă de vanilie cu făină

1 l lapte, 6 ouă, 300 g zahăr, 1—2 linguri făină, 50 g unt.

Se prepară la fel ca șodoul (v. 964), cu deosebirea că se adaugă 1—2 linguri de făină, care se amestecă cu zahărul și ouăle întregi sau cu albușurile spumă adăugate la sfîrșit. Se mai poate adăuga o bucată de unt proaspăt sau margarină cînd este caldă. Se întrebuințează servită la cești, la prăjituri fără cuptor, cu biscuiți etc.

967. Cremă de vanilie pentru plăcintă

1 l lapte, 4—6 ouă, 250—300 g zahăr, 150 g făină (sau 9—10 linguri rase de făină), 1 baton vanilie, 1 linguriță unt.

Se amestecă într-un căzănel gălbenușurile, zahărul și făina la care se adaugă puțin cîte puțin lapte clocotit, amestecîndu-se bine. Se fierbe la foc iute, pînă ce se îngroașă bine, amestecîndu-se cu telul ca să nu se prindă.

Cînd crema este aproape gata se adaugă batonul de vanilie, albuşurile spumă şi untul.

968. Cremă de portocale

1 l lapte, 4—6 ouă, 250—300 g zahăr, 1—2 linguri făină, 1 lingură unt, 2—3 portocale.

Se prepară o cremă de vanilie (v. 966), la care se întrebuinţează zahărul bucăţi. Se freacă fiecare bucată de zahăr de coaja unei portocale şi se prepară crema. Rece se amestecă cu bucăţi de portocală din dulceaţă tăiate mai mici, precum şi cu miez de portocală proaspătă. Se serveşte la ceşti cu felii de portocale înfipte în cremă.

969. Cremă de zahăr ars

1 l lapte, 4—6 ouă, 250—300 g zahăr, 2—6 linguri făină, 1 lingură unt.

Se prepară o cremă (v. 966) la care nu se pune vanilie. Cînd este fiartă, se adaugă zahăr ars. Se mai ţine 2 minute pe foc.

970. Cremă de vanilie cu cafea

Aceleaşi cantităţi ca la reţeta precedentă, în plus 1 ceşcuţă esenţă de cafea.

Se prepară o cremă (v. 966) la care nu se pune vanilie; se adaugă esenţă tare de cafea.

971. Cremă de vanilie cu cacao

Aceleaşi cantităţi ca la reţeta precedentă, în plus 1—3 linguri cacao.

Se amestecă zahărul, ouăle, făina, 1—3 linguri cacao (după gust). Se toarnă laptele fierbinte şi se fierbe ca şi crema de vanilie (v. 966).

972. Cremă de caise

1 l lapte, 4—6 ouă, 250 g zahăr, 1—2 linguri făină, 1 kg caise, 100 g zahăr.

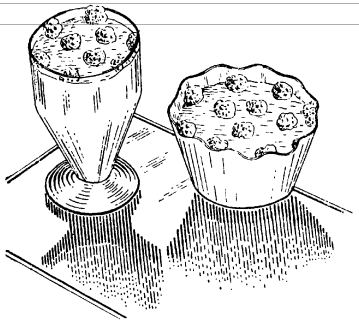
Se prepară o cremă de vanilie (v. 966) care se amestecă cu un piure de caise bine coapte, fierte cu zahăr şi trecute prin sită. O parte din caise se aşază pe deasupra cremei. Se serveşte la cupe sau în compotieră.

973. Cremă de căpşuni

1 l lapte, 4—6 ouă, 250 g zahăr, 1—2 linguri făină, 500 g căpşuni, 100 g zahăr.

Se prepară o cremă de vanilie.

Căpşunile se spală, se curăţă, o parte se trec prin sită şi se amestecă cu zahărul şi cu crema, iar altă parte — cele mai frumoase — se aşază pe deasupra cremei, tăvălite în zahăr pudră. Se serveşte la cupe sau în compotieră.



974. Cremă de zmeură

Se prepară la fel cu crema de căpşuni (v. 973).

Se poate prepara în acelaşi fel cremă de cireşe negre, prune.

975. Orez împărătesc

1 l lapte, 4 linguri orez, 200 g zahăr, frişcă, cremă bavarez.

Se prepară un orez cu lapte gros. După ce s-a răcit, se amestecă cu o compoziţie de bavarez de vanilie (v. 979) şi fructe zaharate (sau numai cu frişcă şi fructe zaharate). Se aşază în formă şi se dă la rece. Se garniseşte cu frişcă.

976. Cremă de vişine

Se prepară o cremă de vanilie (v. 966). Se scot sîmburii vişinelor, se amestecă cu zahăr şi în ultimul moment se adaugă crema. Se serveşte imediat. La această cremă se pune zahăr mai mult.

977. Cremă de gutui

Se prepară ca şi crema de vişine cu deosebirea că gutuile se fierb mai întîi în zahăr bine legat.

978. Cremă de zahăr ars (răsturnată)

8 ouă, 200 g zahăr, 1/2 baton vanilie, 1 litru lapte, 200 g zahăr pentru ars.

Se freacă zahărul cu ouăle, se subţiază cu laptele care a fiert cu vanilia. Separat se ard 200 g zahăr, se îmbracă

forma cu zahăr ars, se toarnă compoziția în formă. Se pune să fiarbă la cuptor în baia de apă. Apa trebuie să fie fierbinte, dar să nu clocotească, pentru că se fac băşici în cremă. Crema este fiartă atunci cînd se desprinde de pe marginile formei. Se răstoarnă rece. Se servește cu siropul pe care şi-l lasă.

979. Bavarez de vanilie

1 pahar lapte, 5 ouă, 7—8 foi de gelatină, 250 g zahăr, 1 baton vanilie, 100 g rom, 500 g frişcă.

Se amestecă ouăle întregi cu zahărul tos, laptele, foile de gelatină, muiate în apă rece. Se amestecă la un foc potrivit, iar după ce s-a dizolvat gelatina, se adaugă vanilie. Se fierbe, amestecînd mereu pînă se glasează gros pe dosul lingurii. Se dă la rece, amestecînd mereu. După ce s-a răcit, se adaugă 500 g frişcă bătută şi romul. Se aşază în forma curată şi se dă la gheață. Înainte de a o răsturna, se scufundă forma numai o clipă în apă clocotită.

980. Bavarez de alune

1 pahar lapte, 5 ouă, 300 g zahăr, 7—8 foi de gelatină, 1 baton vanilie, 150 g alune, 750 g frişcă.

Se amestecă într-un căzănel, zahărul cu ouăle, laptele, foile de gelatină muiate în apă rece şi vanilia. Se fierbe la foc iute, amestecînd mereu, pînă ce se glasează lingura. Se încearcă astfel: introducem o lingură de metal şi dacă atunci cînd o scoatem rămîne acoperită cu un strat de cremă, este gata. Cînd este aproape gata, se adaugă alunele rumenite la cuptor şi date prin maşină. Se dă la rece, amestecîndu-se uşor pînă ce se răcește, dar să nu se întărească. Se adaugă frişca bătută şi romul. Se amestecă şi se aşază în formă. Se dă la gheață 2 ore. Înainte de a se răsturna, se scufundă forma o clipă în apă fierbinte.

981. Bavarez de cafea

1/4 pahar lapte, 3/4 pahar esență de cafea, 5 ouă, 300 g zahăr, 7—8 foi de gelatină, 500 g frişcă, 50 g rom.

Se prepară la fel ca bavarezul de alune, adăugîndu-se esența de cafea de la început.

982. Bavarez de ciocolată

1 pahar lapte, 5 ouă, 300 g zahăr, 7—8 foi de gelatină, 4 batoane ciocolată, 500 g frişcă.

Se prepară compoziția de bavarez la care se adaugă ciocolata muiată în lapte şi se toarnă în formă tapetată cu

pişcoturi de şampanie. Se dă la gheaţă. Se răstoarnă şi se ornează cu frişcă. Ca să fie mai gustoasă se pot adăuga şi fructe zaharate.

983. Şarlotă

Şarlotele se prepară din compoziţia de bavarez şi se aşază astfel: se tapetează un vas cu pişcoturi de şampanie atît fundul, cît şi marginile. Se toarnă compoziţia. Se dă la rece şi se răstoarnă pe farfurie. Se garnisește cu frişcă şi cu fructe proaspete sau zaharate. Se prepară şarlote de vanilie, cacao, alune, ciocolată etc.

984. Lapte de pasăre

1/2 l lapte, 3 ouă, 4 linguri zahăr, vanilie.

Se clocotește laptele cu zahărul şi vanilia. Se bat albuşurile spumă tare. Se trage laptele la foc domol şi se pune cu lingura albuş în laptele clocotit, formînd astfel nişte bule care se întorc fiecare şi pe cealaltă parte. Se scot cu spumiera pe farfurie. Cu laptele rămas şi cu gălbenuşurile se prepară o cremă fină de vanilie. Se toarnă în farfuria de servit, iar pe deasupra se aşază bulele de albuş. Această cremă trebuie să fie bine aromată cu vanilie.

985. Cremă delicioasă de vanilie

6 ouă, 250 g zahăr, vanilie, 4 foi de gelatină, 1 l lapte.

Se dizolvă foile de gelatină în 1/2 pahar apă fierbinte. Se ard 50 g zahăr într-o cratiţă şi se toarnă pe deasupra gelatina dizolvată şi strecurată. Se adaugă albuşurile bătute spumă tare, se amestecă şi se dă jos de pe foc. Este bine să lucreze două persoane, dacă se poate, deoarece trebuie să se lucreze foarte repede. Se toarnă compoziţia în formă şi se dă la gheaţă (se poate lăsa în vasul în care s-a preparat). Se prepară crema fină de vanilie (v. 964) din 6 gălbenuşuri, 1 l lapte şi 250 g zahăr. Compoziţia pregătită din albuşuri se cufundă o clipă într-un vas cu apă fierbinte şi se răstoarnă în forma de servit. Crema de vanilie, rece, se toarnă peste albuşurile din formă. Crema delicioasă e mai aspectuoasă dacă se pune în formă de savarină.

986. Insula plutitoare

6 ouă, 1 l lapte, 200 g zahăr, fructe din dulceaţă.

Se bat albuşurile spumă tare, se adaugă fructele şi 2—3 linguri zahăr pudră. Se aşază totul într-o formă udată sau

unsă cu unt. Se fierbe în baia de apă la cuptor pînă ce se întărește și se rumenește. Se răstoarnă în farfurie și se toarnă deasupra o cremă de vanilie fină (v. 964).

987. Cremă aspectuoasă și gustoasă

1/2 l lapte, 200 g zahăr, 3 linguri făină, 50 g unt, 7—8 pere mari lungi, vin roșu, 150 g zahăr.

Se prepară o cremă de zahăr ars fără ouă (v. 989) sau orice cremă și se toarnă într-o formă coroană. Se taie 2—3 pere în cuburi și se fierb în vin roșu îndulcit, cam 20 minute. În același sirop se fierb alte 3—4 pere tăiate feli lungi. Crema rece se răstoarnă în farfurie. Se umple mijlocul cu perele cuburi, iar marginile se garnisesc cu perele felii. Se poate garnisi și cu frișcă, sau cu caise, căpșuni.

988. Cremă cu biscuiți

1/2 l lapte, 100 g biscuiți, 3 ouă, 50 g zahăr, 1—2 linguri dulceață, rom.

Se moaie biscuiții în laptele cald în care s-a dizolvat zahărul. Se trec prin sită. Se bat bine ouăle întregi și se adaugă compoziția de mai sus, apoi dulceața și romul. Se toarnă totul într-o formă unsă și se fierbe la cuptor în baia de apă. Se servește unsă cu marmeladă de caise.

989. Cremă de zahăr ars fără ouă

1 l lapte, 200 g zahăr, 3 linguri pline cu făină, 50 g unt.

Se amestecă făina în lapte, puțin cîte puțin. Se ard 50 g zahăr cît mai bine. Se toarnă laptele cu făina și cu restul de zahăr, amestecînd mereu pe foc pînă ce se îngroașă. Se adaugă untul și se dă la rece. Se pot adăuga cîteva nuci tăiate bucăți. Se servește la cești sau ca umplutură la torturi.

990. Cremă cu resturi de prăjituri

Resturi de prăjituri, cremă de vanilie, 200 g nucă, 3—4 linguri rom, 100 g zahăr, 1/2 pahar apă pentru sirop.

Resturi de prăjituri ca madelene, cozonac etc., se fărîmițează, se moaie în sirop cu rom și se amestecă cu nucile tăiate. O parte din compoziție se formează mici rotogoale sau forme lunguiețe, care se înțeapă cu felii lungi de nucă sau migdale rumenite la cuptor. Restul de compoziție se amestecă cu o cremă de vanilie din 1/2 l lapte. Se așază în farfurie sau o compotieră de servit și se garnisește cu formele înțepate.

Se poate amesteca întreaga compoziție cu cremă de vanilie care se așază în vas și se înțeapă pe toată suprafața cu nuci în formă de arici.

991. Cremă la cești

1/2 l lapte, 2 ouă întregi, 150 g zahăr, vanilie.

Se bat ouăle cu zahărul, se toarnă încetul cu încetul laptele clocotit cu vanilie. Se toarnă în cești speciale care suportă cuptorul. Se așază într-o tavă sau într-un vas cu apă fierbinte și se dau la cuptor pînă se încheagă și se rumenesc. Se dau la rece.

992. Cremă fină de portocale Getta

300 g zahăr, 12 gălbenușuri, 4 albușuri spumă, 8 foi de gelatină, 100 g vin, 150 g zeamă de portocale.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă puțin cîte puțin vinul și zeama de portocale, se pun la un foc domol amestecînd mereu cu o lingură de lemn pînă ce se îngroașă puțin. Se lasă să se răcească, se adaugă gelatina. Se toarnă în cupe și se servește cu frișcă deasupra.

993. Cremă Ricu

Cremă de vanilie, 25 pișcoturi de șampanie, fructe proaspete și variate, tăiate bucăți, 100 g rom, 250 g frișcă. Dacă este posibil cîteva fructe zaharate, caise și vișine din dulceață.

Se prepară o cremă de vanilie (v. 964). Rece se amestecă cu fructele. Se unge o farfurie de servit cu un strat subțire de cremă, se așază unul lîngă altul un rînd de biscuiți stropiți cu rom. Peste biscuiți se așază un rînd de cremă și apoi un strat de frișcă. Urmează apoi alt rînd de biscuiți și cremă, frișcă și se urmează astfel pînă se termină. Se învelește toată crema cu un strat mai gros de frișcă, se ornează cu fructe zaharate sau din dulceață; vara este de preferat să se orneze cu fructe proaspete: caise, căpșuni etc. tăvălite în zahăr.

994. Spumă de zmeură

1 albuș, 500 g zmeură, 1 pahar zahăr.

Se bate cu telul albușul cu zahărul și zmeura pînă ce se întărește. Se așază în cupe și se servește imediat.

La fel se prepară spuma de fragi și de căpșuni.

Cremele din spumă nu țin multă vreme, fiindcă își lasă un sirop și se desfac.

995. Spumă de caise

Se folosesc caisele mai puțin arătoase. Se scad pe foc cu puțin zahăr și cînd compoziția este rece, se bate cu zahărul și cu albușul.

996. Spumă de fructe din dulceață

Caise, căpșuni, zmeură, fragi etc., 1½ lingură dulceață, 1 albuș.

Fructele mari se taie mărunt și se bat cu 1 albuș pînă ce se întărește spuma. Se servește imediat.

997. Spumă de lămîie

100 g zahăr, 3 ouă, 2 lămîi.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, coaja și zeama de lămîie, se amestecă cu două linguri de apă și se bat pe baia de apă pînă ce se îngroașă. Se dă la rece și apoi se amestecă cu albușurile bătute spumă tare.

La fel se prepară spuma de portocale.

998. Spumă de ciocolată

100 g ciocolată sau cacao, 100 g zahăr, 3 albușuri.

Se fierbe cacao sau ciocolată cu 1—2 linguri de lapte pînă ce devine ca o cremă groasă. Rece, se amestecă cu albușurile spumă tare și zahărul pudră.

999. Spumă de cafea

100 g zahăr, 3 albușuri, o lingură esență tare de cafea.

Se bat albușurile cu zahărul și se amestecă cu esența de cafea rece.

1000. Spumă cu praline

100 g nuci pralinate, 3 albușuri, 150 g zahăr, cremă de vanilie.

Se amestecă 100 g nuci sau migdale pralinate și sfărîmate cu 3 albușuri bătute spumă și 150 g zahăr. Se toarnă în forma unsă cu zahăr ars și se fierbe în baia de apă. Are un aspect mai frumos dacă se fierbe într-o formă rotundă de savarină. Se răstoarnă într-o farfurie mai adîncă și se toarnă de jur împrejur o cremă de vanilie sau de cacao (șodou)

(v. 964). Această spumă se poate prepara cu resturi de bezele sfărîmate în loc de nuci.

1001. Cremă-spumă de lămîie

6 albuşuri spumă, 200 g zahăr pudră, 1 pahar frişcă sau smîntînă, 4 foi de gelatină dizolvate în 3 linguri apă, 1 lămîie.

Se bat albuşurile spumă, se amestecă cu frişca bătută sau cu smîntîna, se adaugă gelatina, zeama şi coaja de lămîie. Se toarnă într-o formă udată cu apă şi se ţine la gheaţă.

1002. Cremă-spumă de cafea

1 ceaşcă mare cu esenţă de cafea, 8 bucăţi de zahăr, 3 foi de gelatină care se dizolvă în esenţă de cafea, 1/2 kg frişcă bătută cu 2 linguri de zahăr pudră.

Se amestecă esenţa de cafea cu zahărul şi gelatina, apoi cu frişca. Se tapetează o formă cu pişcoturi de şampanie, se toarnă crema şi se dă la gheaţă.

1003. Cremă-spumă de portocale

3 portocale, 4 ouă, 4 linguri zahăr, coaja de la 1/2 lămîie şi 2 portocale, 1/2 foaie de gelatină.

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul, zeama de la două portocale, coaja de lămîie şi de portocale. Se adaugă albuşurile bătute spumă şi gelatina dizolvată într-o lingură de apă. Se bate în baia de apă pînă se îngroaşă. Se aşază şi se serveşte în cupe, cu frişcă deasupra şi bucăţi de portocală.

1004. Cremă-spumă de mere

Se taie merele felii subţiri, se fierb în sirop, pînă devin transparente. Se aşază în compotieră şi deasupra se pune frişcă. Se dă la rece. Se poate servi la cupe cu frişcă deasupra.

1005. Cremă-spumă de piure de fructe

500 g mere sau caise, 2 linguri zahăr, 3 foi de gelatină, 1 pahar frişcă.

Se fierb fructele cu puţin zahăr, se trec prin sită, se dau la rece şi se amestecă cu gelatina dizolvată tot rece. Se amestecă cu frişca. Se aşază în forme şi se dă la rece. Se poate prepara înlocuind frişca cu albuş de ou bătut o dată cu zahărul.

Sufleurile se prepară din albuşuri spumă şi se rumenesc la cuptor. Ele trebuie preparate în ultimul moment şi servite imediat, altfel se lasă. Unele sufleuri au la bază un sos de lapte cu făină. Cele de fructe se prepară fără făină.

1006. Sufleu de zahăr ars

8 albuşuri spumă, 6 linguri zahăr pudră, 500 g nuci, 80 g zahăr tos.

Se prepară o nuga rumenită din zahăr tos şi nuci. Rece, se trece prin maşină. Se bat albuşurile cu zahărul pudră pe marginea maşinii sau în baia de apă pînă ce se îngroaşă. Se adaugă nugaua şi se toarnă în forma unsă. Se coace la cuptor potrivit.

1007. Sufleu cu dulceaţă

4 albuşuri, 2—3 linguri dulceaţă de vişine, zmeură, fragi etc.

Se bat albuşurile spumă cu dulceaţa la un loc. Se toarnă în forma unsă şi se coc la cuptor încet, timp de 10 minute şi apoi la cuptor tare 20 minute. Se serveşte imediat.

1008. Sufleu de fructe proaspete

1 albuş, 1 pahar fructe, 1 pahar zahăr pudră.

Se bat bine fructele (zmeură, fragi, căpşuni etc.) cu zahărul şi cu albuşul. Din fructe s-au oprit cele mai frumoase şi se încorporează în spumă după ce spuma este gata. Se coace la fel ca sufleul cu dulceaţă.

1009. Sufleu de caise

Se prepară la fel ca sufleul de fructe proaspete, cu deosebirea că se fierb caisele cu puţină apă şi zahăr, se trec prin sită şi se amestecă cu albuşul şi zahărul.

1010. Sufleu de cacao

3 ouă. 3 linguri făină, 2 ceşti mari lapte, 2 linguri cacao, 100 g zahăr, 50 g unt.

Se fierbe laptele. Se bat gălbenuşurile cu zahărul, se adaugă făină şi cacao şi apoi puţin cîte puţin laptele clocotit. Se amestecă pe maşină pînă ce se îngroaşă, fără să fiarbă prea mult. Se adaugă untul şi se dă la rece. După ce s-a răcit, se adaugă albuşurile bătute spumă. Se toarnă în vas uns şi se coace la foc potrivit o jumătate de oră.

1011. Sufleu de ciocolată

Se prepară la fel ca sufleul de cacao (v. 1010), se înlocuieşte însă cacaua cu ciocolată.

1012. Sufleu de lămîie

Se prepară la fel ca sufleul de cacao. Se întrebuinţează însă zahăr bucăţi care se freacă de coaja de lămîie, iar cînd compoziţia este fiartă, se adaugă şi zeama de la o lămîie.

La fel se prepară şi sufleul de portocale.

1013. Sufleu de mere

1 kg mere, 1/2 pahar zahăr, 2 linguri unt, 1/2 pahar apă.

Sufleul de mere se prepară fără făină. Se rad merele curăţate de coajă şi se pun la foc cu zahăr şi puţin unt, picurîndu-se puţin cîte puţin apă. Dacă este posibil se adaugă şi 1—2 linguri de vin. Se fierbe pînă devine ca o pastă. Se lasă să se răcească şi se amestecă cu albuşurile spumă. Se dă la cuptor.

1014. Compoturi

Compoturile care se consumă imediat se prepară din orice fructe. Se recomandă prepararea în compoturi numai a fructelor cu sîmburi, iar cele cu seminţe să se consume crude, pudrate cu zahăr printre ele.

Cantitatea de zahăr întrebuinţată variază după cît sînt fructele de bogate în zahăr şi după gust: un pahar de zahăr la 1 kg fructe şi 1 litru apă este cantitatea potrivită; dacă fructele sînt mai acre, se măreşte cantitatea de zahăr.

Compotul se prepară astfel: se dizolvă zahărul în apă şi se dă cîteva clocote, se adaugă fructele curăţate şi spălate. Se adaugă vanilie, coajă de lămîie şi numai la compotul de mere se pune şi scorţişoară. Durata fierberii este în raport cu frăgezimea fructelor. Nu este bine să se fiarbă prea mult, ca să nu se zdrobească fructele şi să nu se distrugă vitaminele.

DIFERITE PRĂJITURI, PESMEŢI ŞI BISCUIŢI

Reguli de observat

La unele prăjituri se întrebuinţează bicarbonat. Pentru a îndepărta mirosul greu pe care îl lasă la coacere, se dizolvă bicarbonatul înainte de

întrebuințare în puțin oțet, zeamă de lămîie, rom, sare de lămîie dizolvată în apă.

La unele prăjituri bicarbonatul se poate înlocui cu drojdie de bere — cît o nucă.

1015. Găluște cu prune

1 kg cartofi, 1—2 ouă, 1 kg prune, 1 lingură unt, pesmet, 100 g zahăr.

Se fierb cartofii în coaja lor. Se curăță, se trec prin mașina de carne sau prin aparatul special pentru piureu. Se amestecă cu 2—3 ouă întregi (la 2 kg cartofi) frecîndu-se bine de tot. Se întinde un strat de făină pe un fund curat. Se ia toată compoziția, se tăvălește în făină și se face un rulou. Se taie bucăți egale care se întind în mîna trecută prin făină, se așază la mijloc cîte o prună și se învelesc pe toate părțile cu cocă. Prunele trebuie să fie fără sîmburi, numai despicate în două, iar după ce s-au așezat în cocă, li se presară puțin zahăr și apoi se învelesc. Se fierb în apă clocotită, apoi se tăvălesc în pesmet prăjit foarte puțin în unt. Se așază într-o farfurie care merge la cuptor. Se servesc calde, presărate cu zahăr pudră și cine dorește, cu scorțișoară pisată.

1016. Pesmeți simpli

500 g făină, 75 g unt, 175 g zahăr, 3—4 ouă, coajă de lămîie, 1/2 pachet praf de copt.

Se amestecă făina cu untul, ouăle, zahărul, praful de copt și coaja rasă de lămîie. Se frămîntă bine, se întinde cu sucitorul o foaie groasă de 1/2 cm. Se taie diferite forme și se coc într-o tavă presărată numai cu făină, la foc potrivit. Acești pesmeți se păstrează în cutii și cu cît stau mai mult, cu atît devin mai fragezi.

1017. Cornulețe I

3 pahare făină, 1 pahar smîntînă, 200 g unt, 10 g drojdie.

Se amestecă drojdia cu smîntîna și apoi cu făina și untul; se frămîntă bine. Se întinde o foaie de 1/2 cm grosime, se taie triunghiuri, se pune la mijloc puțină marmeladă sau nuci amestecate cu zahăr sau rahat, se dă formă de cornulețe, se ung cu ou deasupra și se coc la foc potrivit. Imediat ce se scot de la cuptor se pudrează cu zahăr.

1018. Cornulețe II

1 ceașcă caimac, făină cît cuprinde, 2—3 ouă, 2 linguri unt proaspăt, 2—3 linguri iaurt.

Se face o cocă, se frămîntă bine și se lasă să se odihnească 3—4 ore. Se poate lăsa de seara pînă dimineața. Se întinde foaia, se fac cornulețe. Ambele preparate de cornulețe se pot umple cu brînză, ciuperci, carne, mere, nuci, marmeladă, nuci cu rahat.

1019. Cornulețe cu rahat

250 g unt, 250 g smîntînă, 1 ou, 1 linguriță zahăr, 5 g drojdie, făină cît cuprinde, rahat.

Se amestecă untul cu zahărul, drojdia, oul, smîntîna și făină cît cuprinde. Se face o cocă potrivit de moale. Se întinde o foaie mai subțire, se taie triunghiuri mai mici, pe partea de bază a triunghiului se pune rahatul, se rulează, dîndu-se forma de cornulețe. Se pun în tavă și se dau la cuptor. Se servesc pudrate cu zahăr. Se pot prepara fără ou și fără drojdie.

1020. Prăjitură cu vișine

100 g zahăr, 100 g unt, 1 ou, 1 vîrf de linguriță praf de copt, 2 linguri lapte, 300 g făină, 1 praf vanilină, puțină sare, 1 kg vișine, 1 pahar zahăr tos.

Se freacă zahărul cu untul, praful de copt și vanilina, se adaugă oul, laptele, făina și puțină sare. Se amestecă bine. Se împarte coca în două părți. Se întinde o foaie cît tava și se așază în tava unsă cu unt și presărată cu făină, se pun fructele fără sîmburi, bine stoarse și presărate cu pesmet și zahăr. Deasupra se pune foaia cealaltă. Se taie bucăți pătrate și se dă la cuptor. Este bine să se scoată sîmburii la vișine, cireșe etc., de seara și să se lase cu zahăr pînă a doua zi, ca să se scurgă bine de zeamă.

1021. Turtă albă

8 albușuri, 210 g unt, 280 g zahăr pudră, 280 g făină, 50 g migdale, vanilie, 1 lămîie, 1 vîrf de cuțit praf de copt.

Se amestecă untul cu zahărul pudră 20 minute pînă devine ca o alifie. Se adaugă praful de copt, vanilia, făina, migdalele date prin mașină, coaja de lămîie, iar la urmă se adaugă albușurile spumă. Se coace în formă lungă de cozo-

naci, unsă şi presărată cu făină la un foc moale. Această prăjitură se păstrează bine multă vreme.

1022. Pastă de mere

1 kg zahăr, 2 kg mere creţeşti, vanilie, 100 g migdale, 1 lămîie.

În zahărul bine legat cu 2 pahare de apă, se adaugă merele tăiate felii subţiri, zeamă de lămîie şi vanilia. Se fierb bine pînă ce scad. Se adaugă migdalele curăţate şi tăiate subţiri şi coaja de lămîie rasă. Se pun în cratiţă tapetată cu hîrtie. Se dă la rece, se răstoarnă şi se garnisește cu frişcă. Se poate servi şi fără frişcă.

1023. Fluturaşi

1 pahar zahăr, 1 pahar făină, 5 ouă întregi, 1 baton vanilie.

Se amestecă zahărul cu ouăle şi vanilia, se adaugă făina. Pe fundul unei tăvi unse cu unt se pune din compoziţie cu linguriţa. Se coc la foc iute şi imediat se strîng la mijloc în formă de fluture.

1024. Pesmeţi cu un ou

200 g făină, 150 g zahăr, vanilină, 50 g unt, 1 ou, 3 linguri lapte şi 1/2 linguriţă bicarbonat.

Se face o cocă din făină, zahăr, ou, unt, lapte şi bicarbonat. Se întinde subţire, se taie forme rotunde cu paharul şi se coc la foc moale. Se poate înlocui laptele cu două linguri de smîntînă.

1025. Prăjituri Mariana

250 g unt, 250 g zahăr, 250 g făină, 6 ouă întregi, 1/2 baton vanilie, 100 g stafide, 50 g migdale, coajă de lămîie.

Se freacă untul cu zahărul, se adaugă făina, ouăle, unul cîte unul, vanilia tăiată bucăţi, coajă de lămîie rasă şi stafidele alese. Se amestecă bine, se ung forme mici cu unt, se umple jumătate din forme cu compoziţia. Se presară cu migdale tăiate. Se aşază formele într-o tavă şi se coc la foc potrivit. Cînd sînt coapte se răstoarnă şi se pudrează cu zahăr. Se poate pregăti şi fără stafide şi migdale.

1026. Turtă dulce I

500 g făină, 1/2 pahar zahăr (pentru ars), 3/4 pahar zahăr pentru îndulcit, scorţişoară, cuişoare, rahat, 1/2 pahar ulei, 1 pahar apă caldă, 1/2 linguriţă bicarbonat dizolvat în oţet sau zeamă de lămîie.

Se arde zahărul, se stinge cu apă, se adaugă restul de zahăr, se lasă să se răcească, apoi se adaugă uleiul, aromele, bicarbonatul şi se amestecă făina. Se aşază în formă tapetată. Se pot pune la mijloc bucăţele de rahat sau nuci ; după ce se toarnă compoziţia, deasupra se garniseşte cu nuci, migdale sau alune. Se coace la foc potrivit. După ce s-a răcit se taie în romburi sau pătrate.

1027. Turtă dulce II

650 g făină, 3 linguri miere de stup (lichidă), 3 ouă, 250 g zahăr, 1 lingură rasă bicarbonat, cuişoară, scorţişoară în praf, 150 g migdale şi 1 ou pentru uns.

Se încălzeşte puţin mierea pe colţul maşinii, se amestecă cu bicarbonatul, zahărul, ouăle, unul cîte unul, făina, cuişoara şi scorţişoara. Se frămîntă bine, se pune într-o tavă unsă, pe fundul căreia s-a pus o hîrtie albă. Se nivelează cu un cuţit, se unge cu ou şi se presară cu migdale deasupra. Se coace la foc potrivit.

1028. Turtă dulce (fără miere) III

500 g zahăr, 10 ouă, 1,200 kg făină, 1 praf de copt, 500 g zahăr pentru ars, 1/2 l lapte, 1 linguriţă scorţişoară pisată, 1 linguriţă cuişoare.

Se ard 500 g zahăr şi se sting cu 1/2 l apă. Se lasă să se răcească. Se bat bine 10 ouă întregi cu 500 g zahăr, se adaugă praful de copt, scorţişoara pisată, cuişoarele şi se bate bine totul cu telul pînă ce se întăreşte. Se adaugă siropul de zahăr ars şi făina. Se pune în forma unsă cu ulei. Se coace o oră la foc potrivit.

1029. Turtă dulce IV

300 g făină, 250 g zahăr, 1 1/2 ceaşcă miere, o ceaşcă mică ulei, 1 pahar apă, un vîrf de linguriţă bicarbonat, 5 ouă, 100 g nuci tăiate mai mari (se poate face şi fără bicarbonat).

Se ard trei linguri zahăr, se sting cu un pahar de apă şi se dau 2—3 clocote. Se lasă să se răcească şi se amestecă cu făina, zahărul, ouăle şi la urmă nucile tăiate. Se coace în formă lungă, unsă.

Se poate adăuga rahat tăiat bucăți (200 g) sau stafide (100 g) sau fructe din dulceață.

1030. Turtă dulce cu smîntînă

6 ouă, 6 linguri ulei, 1 pahar smîntînă, 1 pahar zahăr, 1 pahar miere, coaja și zeama de la o lămîie, făină.

Se freacă ouăle cu zahărul, se adaugă celelalte și la urmă făină cît să se obțină o compoziție nu prea groasă, atît cît să curgă din lingură. Se coace în tavă sau în formă unsă, la foc potrivit.

1031. Prăjitură spornică

250 g zahăr, 250 g unt, 250 g făină, 7 ouă, coajă de lămîie sau de portocală.
Crema : 3 albușuri, 250 g zahăr pisat, 150 g nuci și 1 baton ciocolată.

Se freacă bine untul cu zahărul, se adaugă gălbenușurile unul cîte unul, făină, coajă de lămîie rasă și la urmă albușurile bătute spumă. Se unge o tavă cu unt, se presară cu făină, se întinde compoziția de grosimea unui deget, se coace la foc potrivit. Se dă la rece, în tavă. Deasupra se pune următoarea cremă. Se bat albușurile spumă, se amestecă cu zahărul pisat, ciocolata rasă și nucile tăiate bucățele. Se mai dă puțin la cuptor să se usuce crema. După ce s-a răcit se taie romburi sau pătrate.

1032. Prăjituri Mimi

250 g unt, 250 g făină, 250 g zahăr, 6 ouă, 25 g drojdie sau un vîrf de cuțit bicarbonat, 1½ kg cireșe sau vișine.

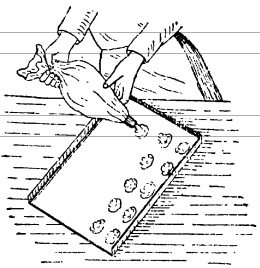
Se freacă bine untul cu zahărul, drojdia sau bicarbonatul. Se adaugă ouăle întregi și apoi făina. Se amestecă și se toarnă într-o tavă unsă cu unt și presărată cu făină. Se presară puțin pesmet deasupra și se așază un strat de cireșe curățate de sîmburi. Se dă la cuptor la foc potrivit. Rece, se taie în diferite forme. Pesmetul se presară între compoziție și vișine ca să nu cadă fructele la fund.

1033. Bezele

3 albușuri, 150 g zahăr, 1 linguriță zeamă de lămîie, 100 g nuci.

Se prepară de obicei cînd rămîn albușuri de la alte preparate. Se bat albușurile cu zahărul pe baia de apă pînă se întăresc. Cînd sînt aproape întărite, se adaugă zeama de

lămîie, se mai bat puțin și se dau la rece. Se îmbracă fundul unei tăvi cu hîrtie albă, se unge hîrtia cu unt pe deasupra.



Albușurile se amestecă cu nucile tăiate. Se ia cu cornetul sau cu o linguriță din această compoziție și se pun grămăjoare mici în tavă. Se coc la foc slab.

1034. Cornulețe cu drojdie

50 g drojdie, 2 pahare lapte fiert, 200 g unt topit, 7—8 linguri zahăr, 6 gălbenușuri, făină cît cuprinde.

Se moaie drojdia în lapte, se toarnă peste untul topit, zahărul și gălbenușurile. Se bat bine, se adaugă făina ca pentru un aluat de tăiței. Se frămîntă bine, se întinde o cocă groasă cam de 1/2 cm. Se taie pătrate, se rulează goale și se ung cu ou.

1035. Chec

250 g fructe amestecate (stafide, nuci, coajă de portocale din dulceață, curmale, smochine și rahat), 200 g unt, 250 g zahăr, 300 g făină, 6 ouă întregi, 2—3 linguri rom, vanilie, 1 praf de copt.

Se taie fructele bucăți mici. Dacă lipsește vreuna, se poate înlocui cu prune uscate sau se prepară numai cu cele ce sînt la îndemînă. Fructele, rahatul etc. trebuie să aibă în total greutate de 250 g. Fructele și rahatul tăiate se stropesc cu rom și se amestecă într-un castron. Între timp se freacă untul spumă, se adaugă zahărul pudră și ouăle unul cîte unul. La urmă se adaugă făina puțin cîte puțin, apoi praful de copt și fructele. Se amestecă totul încet. Se toarnă compoziția într-o formă lungă de tablă, unsă și presărată cu făină. Se coace 20 minute la foc iute, apoi la foc domol. După ce compoziția s-a ridicat, se crestează în lungime cu cuțitul și se continuă coacerea care trebuie să dureze cam 50 minute.

1036. Chec ieftin

3 ouă, 125 g unt, 100 g lapte, 250 g zahăr, 400 g făină 3—4 nuci, rahat, prune, stafide etc., în total 200 g.

Se freacă ouăle cu zahărul, untul spumă și se adaugă laptele, iar la urmă făina, apoi fructele și se dă la copt într-o

formă lungă, unsă și presărată cu făină. Se coace ca și checul din rețeta precedentă.

1037. Chec cu ulei

1 pahar zahăr, 1 pahar ulei, 1 pahar lapte, 2 ouă, făină cît cuprinde, rahat, fructe, nuci (în total 250 g), ½ praf de copt.

Se amestecă toate ca în rețeta precedentă, iar la urmă făina. Se coace la foc iute la început și apoi mai domol. Se crestează cînd coca a ridicat.

1038. Bezele pentru ceai

200 g zahăr, 2 albușuri, vanilie, 150 g făină.

Se pun într-un castron albușurile, zahărul pudră și vanilia. Se amestecă timp de jumătate de oră pînă ce se face o spumă tare. Se adaugă făina și se mai amestecă. Din această compoziție se pun cu linguriță pe tava unsă cu unt și tapetată cu hîrtie, mici movilițe. Se coc la foc moale. Hîrtia udă puțin pe dos, pentru a putea scoate bezelele după ce s-au copt.

1039. Pîinea episcopului

3 ouă, 2 gălbenușuri, 1 pahar zahăr, 1 pahar făină, coajă de lămîie, 50 g stafide, 1 pahar nuci.

Se freacă bine ouăle întregi cu gălbenușurile, zahărul pudră, coaja de la o lămîie și făina. Se bat bine și se adaugă stafidele și nucile tăiate bucăți. Se unge tava și se dă la cuptor potrivit.

1040. Biscuiți studențești

140 g unt, 180 g făină, 100 g zahăr pudră, 2 gălbenușuri, coaja rasă de la o jumătate de lămîie.

Se amestecă toate și din cocă se formează mici cocoloașe de mărimea unei nuci. Aceste cocoloașe se trec prin albuș nebătut și apoi prin nuci, alune sau migdale mărunțite sau tocate mărunt. Se așază în tava unsă, la distanță de 1—2 cm. După ce au fost așezate în tavă, se apasă cu degetul la mijlocul lor, ca să se formeze o gropiță. Se pun la copt și cînd sînt aproape gata, în gropiță se pune o boabă de dulceață de vișine, căpșuni, zmeură etc. În loc de nuci, se pot tăvăli în susan.

1041. Prăjitură cu fragi sau zmeură

150 g unt, 300 g făină, 100 g zahăr, 1 lingură rom, 2 gălbenușuri, 6 albușuri bătute spumă, 4 linguri zahăr, 500 g fragi sau zmeură, 2—3 linguri marmeladă.

Se amestecă untul, făina, zahărul, gălbenușurile și romul și se face un aluat. Se întinde de 1 cm grosime în tavă și se coace. După ce s-a copt, se unge cu marmeladă, peste care se toarnă albușurile bătute spumă și amestecate cu 4 linguri de zahăr și cu fragii. Se dă din nou la cuptor să se rumenească pe deasupra.

1042. Halva turcească

600 g făină, 1 litru lapte, 100 g zahăr, 50 g nuci pisate, 60 g grăsime (unt, ulei sau untură, de preferat untul).

Se încinge grăsimea, se pune făina și se prăjește pînă ce capătă o culoare mai închisă (fără să fie arsă), se stinge cu laptele clocotit, în care s-a dizolvat zahărul. Se amestecă mereu ca să nu rămînă cocoloașe. Se ia de pe foc, se amestecă cu nucile, se ia cu lingura și se așază pe farfurie. În loc de lapte se poate stinge cu sirop făcut cu zahăr și apă. Cine dorește poate adăuga o dată cu nucile și cacao.

1043. Prăjitură ieftină

1/2 kg făină, 1/2 kg zahăr, 1/2 linguriță bicarbonat, 20 g drojdie de bere, nuci pisate și puțin ulei, sare.

Se oărește făina (în care s-a pus o linguriță de sare) cu apă clocotită, treptat, amestecînd mereu, pînă ce este cuprinsă toată făina și capătă o consistență la fel cu coca de ecleruri. Se amestecă bine de tot ca să nu rămînă cocoloașe. Se pune bicarbonatul și drojdia muiată, după ce se mai răcește coca și se amestecă din nou ca să se împrăștie drojdia și bicarbonatul în toată coca.

Se ung palmele cu ulei, se ia cocă cu linguriță și se fac gogoșele rotunde, mari cît o nucă mare. Se așază în tava unsă cu ulei, strîns lipite una de alta. După ce s-a completat tava, se face la fiecare gogoașă o mică adîncitură în mijlocul ei cu degetul uns. Se coace la cuptor pînă se rumenesc (se coace cam greu, nu trebuie foc prea iute). Între timp se leagă zahărul și clocotit se toarnă în tavă, după ce s-au rumenit bine. Se mai lasă în cuptor pînă ce înghit bine siropul. Se așază în farfurie desprinse una de alta și se presară nuci pisate.

1044. Biscuiți fără ou

1 pahar sifon, 1 pahar ulei, 1 vîrf de linguriță bicarbonat, 1 pahar zahăr pudră, vanilie, coajă de portocale, făină cît cuprinde.

Se amestecă într-o oală sifonul, uleiul, zahărul și aromele. Se adaugă făina atît cît să se obțină o cocă potrivit de tare. Se întinde pe planșetă, se taie diferite forme, se pun într-o tavă unsă, apoi se dau la cuptor. Aceeași compoziție se poate prepara înlocuind sifonul cu 4 ouă.

1045. Pesmeciori cu ulei

3 ouă întregi, 250 g zahăr, 1 pahar ulei, făină și 1 lămîie rasă.

Se freacă ouăle cu zahărul și se adaugă uleiul, frecîndu-se încet. Se pune făină cît cuprinde și coajă de lămîie rasă. Se așază în tava unsă și pe deasupra se presară susan. Se coace și se taie bucățele.

1046. Prăjitură dintr-un ou

80 g zahăr, 160 g unt, 280 g făină, 1 ou.
Umplutura : 1 kg mere, 1 pahar zahăr.

Se face o cocă și se împarte în patru părți. Se întinde fiecare parte pe fundul formei de tort și se coace în cuptor. Între foi se pun mere pregătite ca pentru plăcintă.

1047. Prăjitură spornică

1 pahar vin, 400 g făină, 200 g unt proaspăt, 75 g zahăr, 2 gălbenușuri, 1 1/2 kg mere, 200 g zahăr.

Se frămîntă o cocă, se lasă să se odihnească 2 ore. Se așază în tavă, se coace, apoi se întinde pe deasupra 1 1/2 kg mere pregătite ca pentru plăcintă și se mai dă puțin la cuptor.

1048. Minciunele

3 ouă întregi sau numai gălbenușurile sau numai albușurile, 1/2 lingură unt proaspăt sau topit, 3 linguriițe leșie preparată din cărbuni stinși într-un pahar cu apă, 1 linguriță rom, făină cît cuprinde.

Se amestecă toate, se frămîntă, se face un aluat potrivit de tare. Se întinde aluatul cît mai subțire posibil. Cu cît este mai subțire foaia, cu atît este mai fin. Se taie bucăți rotunde cu o formă crestată pe margini. Se suprapun cîteva foi,

lipindu-se la mijloc între ele cu ou. Se prăjesc în grăsime bine încinsă și se obține o rozetă. La mijlocul rozetei se poate orna cu o vișină din dulceață. Se pudrează cu zahăr.

Aluatul se mai poate prepara și din: 1 pahar făină, 1 gălbenuș, o linguriță zahăr.

Se procedează la fel ca la rețeta precedentă.

1049. Pastă sticloasă

500 g zahăr, 1 kg mere domnești, 100 g migdale sau nuci curățate, coajă de lămîie, ½ baton vanilie.

Se leagă zahărul cu vanilia ca pentru dulceață și cînd este aproape legat, se taie merele subțiri direct în zahăr ca să nu se înegrească. După ce au fiert merele în zahăr se adaugă coaja de lămîie, tăiată fidea. Cînd zahărul s-a legat bine cu merele, se adaugă și migdalele tăiate. Se pune într-o formă tapetată cu hîrtie și se dă la gheață. Se răstoarnă, scufundînd forma o clipă în apă fierbinte.

1050. Gogoși dulci de cartofi

½ kg cartofi, 50 g zahăr, 4 linguri făină, 1 lămîie, 2 ouă, grăsime.

Din cartofi se prepară un piure. Se amestecă cu zahărul și făina, zeama de la o lămîie și ouăle. Se face un aluat care se întinde cu sucitorul și se taie rondele cu un pahar. Se prăjesc în grăsime multă încinsă, ca să se umfle. Se scot, se scurg de grăsime și se presară cu zahăr.

1051. Prăjitură cu morcovi

1 pahar ulei, ¾ pahar zahăr pisat, 1 pahar morcovi dați prin răzătoarea fină, coaja de la o lămîie, 1 vîrf de cuțit bicarbonat, făină cît cuprinde (cam 9 linguri), marmeladă, vanilie.

Se amestecă toate. Se frămîntă un aluat, se întinde pe o tavă unsă și pudrată cu făină. Se întinde marmeladă și deasupra baghete, făcute din cocă. Se dă la cuptor. Se taie caldă, se pudrează cu zahăr. Se poate prepara și fără marmeladă.

1052. Prăjituri cu mălai

1 kg mălai, 1 l lapte, 10 g drojdie, 5 ouă, 1 lămîie, 2 linguri făină de grîu, 4 linguri zahăr.

Mălaiul se opărește cu laptele clocotit și se lasă să se răcească. Se amestecă apoi cu 4 gălbenușuri frecate bine cu zahărul pisat, coaja rasă de lămîie și drojdia. Se lasă la crescut și apoi se așază în tava bine unsă. Deasupra se pune o lingură de unt și o compoziție de clătită făcută dintr-un

ou. Se coace la foc potrivit, se taie bucăți și se pudrează cu zahăr pisat.

1053. Pesmeți pentru ceai (foarte spornici)

½ kg zahăr, 7 ouă, 3 linguriţe amoniac, lapte, 1 kg făină.

Se freacă de seara 7 ouă întregi cu 500 g zahăr pisat, se dizolvă 3 linguriţe de amoniac pisat (special pentru prăjituri) într-o ceaşcă cu lapte călduţ şi vanilie. Se amestecă în ouă, se adaugă 500 g făină şi se freacă toate la un loc o jumătate de oră. Se lasă apoi să se odihnească pînă a doua zi de dimineaţă. Se mai adaugă 500 g făină. Se întinde o foaie şi se taie diferite forme. Se coc în tava bine unsă.

1054. Gogoşi cu drojdie

500 g făină, 15 g drojdie de bere, ½ linguriţă sare, apă cît cuprinde pentru a se face o cocă moale, ulei pentru prăjit, 2 linguri zahăr pudră, vanilie, coajă de lămîie.

Se frămîntă o cocă moale să se poată lua cu lingura, se lasă să crească şi apoi se ia cu lingura şi se prăjeşte în ulei bine încins. Se procedează ca la gogoşile pripite. Se servesc fierbiniţi şi pudrate cu zahăr.

1055. Biscuiţi fini Paula

2 ouă, 5 g cremă de tartru (de la farmacie), 8 g bicarbonat, coaja de la o lămîie şi zeama de la jumătate lămîie, vanilie, puţin rom, 1 pahar zahăr pudră, 1 pahar mic cu lapte călduţ, 1 pahar cu unt topit călduţ, făină cît cuprinde.

Se amestecă ouăle cu bicarbonatul, crema de tartru, zeama şi coaja de lămîie, romul, vanilia, se adaugă zahărul, apoi laptele şi untul călduţe şi făină cît cuprinde. Se răstoarnă coca pe planşeta presărată cu făină, se frămîntă cu atîta făină cît să se poată întinde cu sucitorul. Se taie diferite forme, se ung cu ou şi se coc în tava unsă cu unt.

1056. Prăjitură cu vişine sau caise

200 g unt frecat spumă, 5 ouă, 250 g zahăr, 5 linguri făină, vişine sau 250 g unt, 6 ouă, 250 g zahăr şi 250 g făină.

Se amestecă untul frecat spumă cu gălbenuşurile şi apoi cu zahărul şi se adaugă făina, alternînd cu albuşurile spumă. Vişinele lăsate cu zahăr mai din vreme, se scurg şi jumătate din cantitatea lor se amestecă cu compoziţia de mai sus. Se toarnă în forma unsă şi presărată cu făină şi se dă

la cuptor. După ce coca a prins coajă, se presară deasupra și restul de vișine.

1057. Prăjitură economică

1 ceașcă caimac, 1 lingură untură topită, 1 ou întreg, 100 g zahăr, o linguriță rasă bicarbonat dizolvat, vanilie, făină cît cuprinde, marmeladă.

Se amestecă toate într-un castron, se răstoarnă apoi pe planșetă și se frămîntă, adăugîndu-se făina ca să se obțină o cocă potrivit de tare. Se întinde o parte din cocă în tava dreptunghiulară, se așază un strat de marmeladă, care se poate amesteca cu nuci sau sîmburi de caise, iar din restul de cocă se fac rulouri subțiri, care se așază pe dasupra peste marmeladă, în formă de grilaj.

1038. Prăjitură cu mere

250 g unt, 350 g făină, 70 g zahăr, 3 gălbenușuri, 2 linguri vin, 1¼ kg mere, 200 g zahăr, coajă de lămîie.

Se frămîntă toate la un loc. Se bate coca pe planșetă, se frămîntă și iar se bate, se frămîntă din nou pînă ce face bășici. Se lasă la rece 2 ore sau chiar de azi pe mîine. Se coc două foi, sau una singură care apoi se taie în două părți. Între foi se așază 1¼ kg mere curățate, tăiate bucăți și scăzute pe foc cu 200 g zahăr și coajă de lămîie. Se presează puțin cu mîna și se taie în bucăți după 2—3 ore.

1059. Prăjitură cu nuci

Compoziția I: 200 g unt, 3 linguri zahăr pudră, o ceașcă mare nuci măcinate, 1 ceașcă făină, ½ linguriță praf de copt.
Compoziția II: 5 gălbenușuri, 1 ceașcă zahăr pudră, cîteva nuci.

Se face o cocă din cele indicate la compoziția I, care se întinde în tavă, presînd-o cu mîna. Se dă la cuptor, atît numai cît să se rumenească puțin, apoi se unge cu orice fel de marmeladă (cea mai gustoasă este cea de caise), iar peste marmeladă se toarnă compoziția II: o ceașcă de zahăr pudră se freacă cu 5 gălbenușuri și cîteva nuci tăiate. Se mai dă la cuptor 10 minute.

1060. Pesmeți fără ou

1 pahar iaurt, 1 ceașcă ulei, 4 linguri zahăr pudră, 1 linguriță praf de copt, făină cît cuprinde.

Se frămîntă toate, se întinde o foaie și se taie diferite forme care se coc la foc potrivit.

1061. Pesmeți pentru vin și pentru ceai

4 ouă, 5 linguri zahăr, 6 linguri făină, 2 linguri unt proaspăt, 50 nuci mărunțite.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă albușurile spumă, făină, untul topit cald (nu fierbinte) și la urmă nucile. Se întinde foaia și se coace pe tava unsă la foc mai iute. Se taie caldă.

1062. Gogoșele

3 ouă, 250 g smîntînă, 2 linguri zahăr, 15 g drojdie de bere, 1 păhărel lapte, făină cît cuprinde.

Se frămîntă toate la un loc. Se pune coca într-un șervet și se ține într-un vas cu apă caldă, ca să crească. După ce a crescut, se răstoarnă în alt vas uscat și se ia cu lingura cîte o gogoșică, se tăvălește prin zahăr și se așază într-o tavă. Se coc la foc potrivit.

1063. Biscuiți cu miere

750 g făină, 250 g zahăr, 4 ouă întregi, 250 g miere, 1 vîrf de cuțit bicarbonat, puțină scorțișoară.

Se freacă ouăle cu zahărul, se adaugă celelalte și se lasă pînă a doua zi. Se întinde o foaie și se taie diferite forme care se coc la foc potrivit.

1064. Pesmeți cu nuci

1 pahar nuci tăiate mărunt, 2 albușuri spumă, marmeladă, 1 lingură zahăr pudră.

Se amestecă albușurile cu zahărul și nucile.

Se așază în tavă jumătate din compoziție și se dă la cuptor. După ce s-a copt pe jumătate, se unge repede cu marmeladă de caise, se toarnă a doua jumătate din compoziție și se dă repede din nou la cuptor. Se taie caldă, altfel se sfărîmă.

1065. Prăjitură cu marmeladă și albuș

100 g făină, 150 g unt, 70 g zahăr, 2 gălbenușuri, 6 albușuri, 6 linguri zahăr, 1 lingură rom, coajă de lămîie.

Se freacă untul spumă, se adaugă gălbenușurile frecate cu zahărul, apoi făină și coaja de lămîie. Se face o cocă și se ține o oră la rece. Se așază în tava unsă și presărată cu făină și se dă la cuptor; cînd este numai întărită, se unge cu un strat de marmeladă de caise și pe deasupra

cu albușurile bătute spumă cu zahăr pudră. Se presară nuci sau migdale și se coace complet.

1066. Pesmeți gustoși

5 ouă întregi, 250 g zahăr, o lingură miere, coajă de lămîie, 250 g făină, 200 g nuci.

Se amestecă toate o jumătate de oră, se adaugă apoi făina presărîndu-se cîte puțină și nucile tăiate subțiri. Se toarnă compoziția în tava unsă și presărată cu făină, se potrivește cu cuțitul să fie egală peste tot. Se coace la foc potrivit. Se taie caldă în bucăți.

1067. Biscuiți de Turda

750 g făină, 250 g zahăr pudră, 100 g miere, 1 vîrf de cuțit bicarbonat, unul de scorțișoară, 80 g unt, 2 gălbenușuri, 1 pahar lapte.

Se frămîntă totul la un loc. Se întinde o foaie, se taie fișii dreptunghiulare, care se crestează la mijloc cu cuțitul, se ung cu ou, se așază în tavă și se coc la foc domol.

1068. Pișcoturi pentru șampanie I

5 ouă întregi, 250 g zahăr, 500 g făină, 2 linguriță amoniac pentru prăjituri.

Se freacă zahărul cu ouăle o jumătate de oră. Se adaugă făina puțin cîte puțin, apoi amoniacul pisat fin și vanilia. Se acoperă cu 2—3 șervete și se lasă pînă a doua zi. Se întinde o foaie subțire. Se taie în formă de pișcoturi și se așază în tava unsă cu ulei. Se coc la foc potrivit 5—10 minute.

1069. Pișcoturi pentru șampanie II

4 ouă întregi, 250 g zahăr, 200 g unt, 2 păhărele ulei, 1 pahar lapte, 10 g amoniac pentru prăjituri, 1 kg făină.

Se freacă untul cu zahărul, se adaugă ouăle pe rînd și apoi uleiul, laptele, amoniacul. Se așază făina grămadă pe planșetă. Se face o gropiță la mijloc și se toarnă compoziția de mai sus. Se frămîntă bine, se întinde foaia, se taie în formă de pișcoturi și se coace la foc potrivit.

1070. Baghete cu nuci

200 g zahăr tos, 150 g nuci sau alune, 1 linguriță ou proaspăt.

Se rumenește zahărul, se adaugă nucile sau alunele tăiate mărunt, apoi untul. Se ia de pe foc și se amestecă mereu pînă ce se răcește, atît cît să se poată ține degetul

înăuntru. Se întinde compoziția pe o planșetă unsă și se lucrează cu mîna tot unsă. Se taie cu cuțitul cald și uns, forme dreptunghiulare și dacă este posibil se trec prin ciocolată sau prin cacao.

1071. Gogoși cu iaurt

2 ouă întregi, 4 linguri zahăr, 2 linguri ulei, 1/2 pahar iaurt, 12 linguri făină, 1 vîrf cuțit bicarbonat sau drojdie cît o nucă.

Se freacă ouăle cu zahărul, uleiul și iaurtul. Se adaugă făină puțin cîte puțin, bicarbonatul sau drojdie cît o nucă. Se lasă o jumătate de oră să se odihnească, apoi se întinde o foaie, se taie gogoși cu paharul și se prăjesc în ulei.

1072. Pesmeți economici I

1—2 ouă, o jumătate pahar zahăr, 1 pahar ulei (margarină sau orice altă grăsime), puțină drojdie, făină cît cuprinde.

Se frămîntă și se trece aluatul prin mașina de carne la care s-a atașat aparatul special pentru prăjituri. Se fac forme lungi de 10 cm și se coc presărate cu zahăr.

1073. Pesmeți economici II

1 pahar iaurt, 2 ouă, 4 linguri zahăr, 4 linguri ulei, o linguriță rasă bicarbonat sau drojdie cît o nucă, făină cît cuprinde.

Se face o cocă, se taie diferite forme și se coc la foc potrivit.

1074. Biscuiți Ana

450 g unt proaspăt sau 300 g unt topit, 200 g zahăr, 200 g miere de stup, un vîrf de linguriță bicarbonat, 2 linguriițe scorțișoară, 2 linguriițe cuișoare, 50 g nuci tăiate, 750 g făină.

Se topește untul, împreună cu mierea și zahărul, se lasă să se răcească. Se amestecă cu făina, apoi cu toate cele de mai sus. Se formează șase suluri care se tăvălesc în făină și se dă la rece 1—7 zile. Se taie apoi felii rotunde și se coc.

1075. Prăjitură cu lapte bătut

2 ouă, 3/4 pahar ulei, 1 pahar zahăr, 1 pahar lapte bătut, rom, coajă de lămîie sau de portocală, 1 vîrf de cuțit bicarbonat, 3 pahare făină.

Se freacă ouăle cu zahărul, se adaugă laptele, uleiul, lămîia, bicarbonatul și făina, atît cît să se obțină o compo-

ziție potrivită, nu prea moale, dar nici prea tare, să se poată turna. Se toarnă în tava unsă, deasupra se pune un strat de marmeladă muiată cu puțin lapte. Se coace la foc potrivit.

1076. Biscuiți ieftini

1 kg făină, 100 g unt, 2 pahare lapte, 40 g drojdie, 1 gălbenuș, puțină sare.

Se prepară un aluat amestecîndu-le pe toate o dată. Se lasă să crească. Se împarte în șapte părți. Se întinde fiecare parte, se taie în raze, începînd de la mijloc și se rulează fiecare rază de la margine spre centru în formă de corn, însă forma dreaptă. Se ung cu ou, se tăvălesc prin zahăr tos și se coc la foc potrivit.

1077. Ruladă de ciocolată

8 ouă, 100 g făină, 100 g ciocolată, 150 g zahăr pudră, cremă de ciocolată sau dulceață.

Gălbenușurile și zahărul se pun într-un castron și se bat bine cu telul o jumătate de oră. Se adaugă ciocolată rasă, făina și se mai freacă bine. Se adaugă albușurile bătute spumă tare și se amestecă ușor. Se toarnă compoziția în tava unsă cu unt și tapetată cu făină și se coace la foc potrivit. Cînd prăjitura este coaptă, se răstoarnă pe un șervet sau pe o hîrtie. Se unge cu crema de ciocolată, sau cu dulceață de fructe, sau cu următoarea cremă: 3 albușuri bătute spumă, amestecate cu 80 g zahăr pudră și vanilie se bat pe baia de apă pînă se fac o spumă tare.

După ce s-a uns cu una din cremele de mai sus, se rulează.

1078. Cataif

100 g făină, 1 ou, 300 g zahăr, rom, 500 g frișcă, o ceașcuță unt topit,

Din făină și ou se face o cocă de tăiței. Se întinde coca subțire și se taie tăiței foarte fini care se dau la cuptor să se rumenească în tavă unsă. Din zahăr și un pahar de apă se face un sirop bine legat. Tăițeii rumeniți se opăresc în tavă cu untul fierbinte, se mai lasă puțin la cuptor și apoi se însiropează cu siropul fierbinte, fără a se mai lăsa la cuptor. Se așază pe o farfurie de servit un strat de 1 cm. Deasupra se așază frișcă bătută cu zahăr și peste frișcă alt strat de tăiței însiropați. Se garnisește cu frișcă turnată cu cornetul. Se taie bucăți pătrate.

1079. Cornulețe fragede

200 g făină, 150 g unt, 70 g zahăr pudră, 70 g nuci sau migdale măcinate.

Se face un aluat, se întinde, se taie triunghiuri și se dă forma de cornulețe. Se coace în tavă unsă. Calde se presară cu zahăr.

1080. Prăjitură minunată

3 1/2 pahare făină, 1 pahar ulei, 3/4 pahar lapte, puțină drojdie, sare.
***Umplutura:* 4 ouă, 1/4 pahar zahăr, 1/2 pahar nuci.**

Se prepară o cocă din făină, ulei, lapte în care s-a dizolvat puțină drojdie și sare. Se împarte coca în două părți. O parte se așază în tavă și se lasă o jumătate de oră să crească. A doua parte se lasă să crească în vas.

Se prepară o compoziție din gălbenușuri și zahăr, în care se adaugă nucile măcinate și la urmă albușurile bătute spumă. Se așază peste prima foaie din tavă și se acoperă cu a doua foaie. Se coace la foc potrivit.

1081. Plăcintă economică

3 1/2 pahare făină, 1 pahar ulei, 3/4 pahar lapte, sare și drojdie de bere cît o nucă, 2 kg mere.

Se dizolvă drojdia în lapte călduț. Se amestecă făina, uleiul și laptele și se obține o cocă mai mult moale. Se împarte în două. Prima jumătate se întinde în tavă, cealaltă se lasă în vas. Trebuie să crească amîndouă cam o jumătate de oră. După aceea, peste prima foaie așezată în tavă se pun merele scăzute puțin pe mașină cu zahăr. Peste mere se întinde a doua foaie și se dă la cuptor. Se taie bucăți și se pudrează cu zahăr.

Din același aluat se poate prepara și plăcintă cu carne.

1082. Gutui la tavă

3 gutui, 250 g zahăr, 50 g unt, 1/2 pahar apă, dulceață de vișine.

Se curăță gutuile de semințe și de coajă, se taie bucăți mai mari, se așază într-o farfurie care merge la cuptor, unsă și presărată cu un strat mai gros de zahăr. Pe deasupra gutuilor se presară zahăr și puțin unt. Se toarnă peste ele o jumătate de pahar de apă și se coc la cuptor. Se servesc simple sau cu cîte un bob de dulceață de vișine.

Gutuile întregi se pot prepara astfel: li se scot sîmburii și miezul cel tare și se umplu cu dulceață de vișine, nuci sau numai cu zahăr tos. Se coc la foc potrivit.

1083. Gogoși cu brînză

300 g făină, 150 g brînză, 1 pahar lapte, 1 ou, 2 lingurt zahăr, 40 g drojdie și 1/2 linguriță sare.

Se frămîntă toate la un loc și se lasă să crească. Se întinde coca, se taie cu un pahar în formă de gogoși și se prăjesc în ulei fierbinte. Se presară cu zahăr.

1084. Cornulețe cu susan

100 g zahăr, 2 albușuri, 150—200 g nuci, susan.

Se bat în baia de apă sau pe colțul mașinii pînă ce se face o spumă tare. Se adaugă nucile măcinate pînă ce se face o cocă groasă. Se formează cornulețe, se tăvălesc prin susan și se coc la cuptor potrivit.

SALEURI ȘI CORNULEȚE PENTRU VIN ȘI CEAI

1085. Cornulețe din brînză de vacă

250 g brînză de vacă, 250 g unt proaspăt, 250 g făină, 1 ou, sare.

Se face un aluat din brînza dată prin sită, ou, unt și făină. Din acest aluat se pot face: cornulețe simple sau umplute cu rahat, marmeladă, saleuri pentru aperitiv. La aluatul pentru saleuri se pune mai multă sare și chimen.

1086. Bogace

600 g făină, 2 ouă, 50 g drojdie, o linguriță sare, 50 g zahăr, chimen, 1/2 pahar lapte, o farfurie cu vîrf de jumări date prin mașina de carne, piper pudră.

Se prepară coca la fel ca pentru cozonac, se lasă să crească, apoi se întinde aluatul pe planșetă, se întind jumările pe deasupra, și se împătură foaia de mai multe ori, ca la aluatul franțuzesc (v. 850), se întinde din nou și se taie cu un păhărel de vin, se ung cu ou și se presară sare și chimen. Se coc la foc ceva mai iute.

1087. Biscuiți ieftini pentru vin

1 ou, 3 linguri ulei, 4 linguri zahăr, 20—25 nuci, 1 praf de copt, coajă de lămîie, făină cît cuprinde ca să se obțină un aluat tare.

Se frămîntă toate, se formează trei rulouri lungi cît tava, se coc și se taie fierbinți de 1 cm grosime.

1088. Cornulețe umplute cu rahat

200 g unt, 250 g smîntînă, 1 ou, 5 g drojdie, făină cît cuprinde, rahat.

Se frămîntă toate și se obține o cocă, se întinde și se taie fîșii lungi din care apoi se taie pătrate și din pătrate triunghiuri. Se așază pe fiecare triunghi o bucățică de rahat. Se rulează, se dă formă de cornulețe, se ung și se coc la foc potrivit.

1089. Pesmeți cu rahat colorat

Din aceeași cocă de la cornulețe cu rahat, se mai pot face forme rotunde tăiate cu paharul. Cu un alt pahar mai mic, se taie din aceste forme rotunde un cerc, care se suprapune peste primele forme. La mijlocul lor se așază o bucățică de rahat, variind culorile. Se coc la foc potrivit.

1090. Cornulețe pentru vin

250 g unt, 250 g brînză, 400 g făină, 2 gălbenușuri, puțină sare.

Se frămîntă și se întinde o cocă. Se taie în pătrate și apoi în triunghiuri și se dau forma de cornulețe. Se coc la foc potrivit.

1091. Țigarete pentru țuică

200 g cartofi fierți și trecuți prin sită, 200 g unt, 200 g făină, sare, chimen și 1 albuș.

Se amestecă toate și se frămîntă pe planșetă presărată cu făină. Se dă forma de țigarete de 10—12 cm lungime. Se așază în tavă, se ung cu ou, se presară cu sare și chimen și se coc la foc potrivit.

1092. Baghete pentru ceai

200 g cașcaval sau brînză rasă, 200 g făină, 150 g unt, 3 gălbenușuri, puțin piper, sare.

Se amestecă toate la un loc. Se împătură ca aluatul franțuzesc de trei ori (v. 850) și se dă la rece cu pauză de

15 minute. Se întinde o foaie, se taie fîșii înguste și lungi cam de 10—12 cm. Se ung cu albuș, se tăvălesc în brînză rasă și se coc.

1093. Saleuri din aluat cu smîntînă

100 g unt, 100 g smîntînă, făină cît cuprinde.

Se frămîntă o cocă, se întinde, se unge cu ou, se presară sare și chimen sau caşcaval ras, se taie fîșii lungi de 10—12 cm și late de $1^1/_2$ cm. Se așază în tavă și se coc.

1094. Baghete din aluat cu drojdie

500 g făină, 100 g unt sau orice altă grăsime, 1 ou, 25 g drojdie.

Se prepară un aluat, se lasă să crească și apoi se taie bucățele, se rulează astfel, încît să se obțină bețișoare groase cît un creion și lungi de 10—12 cm. Se ung cu ou, apoi se presară cu sare și chimen. Se coc la foc potrivit.

1095. Saleuri din aluat franțuzesc

Aluat franțuzesc (v. 850—851).

Se întinde o foaie subțire, se unge cu ou, se presară sare și chimen, se taie fîșii lungi de 10—12 cm și late de $1^1/_2$ cm. Se coc. Se poate înlocui chimenul cu caşcaval ras.

1096. Baghete din aluat cu drojdie și cartofi

Aceleași cantități ca la baghetele din aluat cu drojdie (v. 1094).

Se mai adaugă 250 g cartofi fierți și trecuți prin mașină, dublîndu-se numai cantitatea de grăsime, ou și drojdie. Se lucrează la fel.

PRĂJITURI FĂRĂ FOC ȘI FĂRĂ CUPTOR

1097. Tort moca

250 g biscuiți, 300 g unt, 250 g zahăr, 3 gălbenușuri, 2 linguri de cafea cernută, 50 g rom, 100 g nuci, 50 g cacao.

Se freacă zahărul cu gălbenușurile pînă ce se albesc. Se adaugă untul frecat spumă, o lingură esență tare de cafea și 50 g cacao. Se amestecă bine. Se unge farfuria sau suportul cu puțină cremă, se așază biscuiții unul lîngă altul, se

stropesc cu rom. Se pune un strat de cremă, apoi un rînd de biscuiți. Se stropesc cu rom, se pune iar un strat de cremă și se continuă tot așa pînă ce se termină biscuiții. Se îmbracă cu cremă peste care se presară biscuiți sfărîmați mărunt sau nuci tăiate.

1098. Tort șah

3 ouă, 3 linguri de cacao, 200 g nuci, 200 g zahăr 250 g unt, 250 g biscuiți, 50 g rom, 1 pahar lapte.

Se freacă bine ouăle cu zahărul, se adaugă cacao, nucile măcinate și opărite cu un pahar de lapte pe mașină, sau rumenite la cuptor, untul frecat spumă și romul. Se amestecă toate ușor pînă ce se întărește crema. Se așază pe o farfurie un dreptunghi format din nouă biscuiți, unul lîngă altul. Se stropesc cu rom. Se pune peste ei un rînd de cremă. Se pune apoi peste cremă un rînd de cinci biscuiți, așezîndu-se unul da și unul nu. Se întinde iar un strat de cremă, iar în locurile dintre biscuiți peste cremă, se pun numai patru biscuiți. Se continuă tot așa, pînă se termină crema, cu un rînd de cinci și un rînd de patru biscuiți. Biscuiții care rămîn deasupra se glasează cu zahăr ars. Tortul se ornează cu aceeași cremă. Biscuiții se stropesc cu sirop slab sau cu rom, după ce au fost așezați. Se poate face cu cantitate dublă așezînd primul strat de biscuiți pe două rînduri.

1099. Tort cu rahat

150 g unt, 150 g zahăr, 1—2 ouă, 100 g nuci, 200 g rahat colorat, 250 g biscuiți.

Se freacă untul spumă cu zahărul, se adaugă gălbenușurile, rahatul și biscuiții tăiați mărunt, nucile pralinate puțin, albușul spumă. Se amestecă totul bine, se așază în formă și se dă la rece 2—3 ore. Se răstoarnă și se garnisește cu rahat și nuci.

1100. Tort simplu

500 g rahat, 250 g biscuiți, 125 g nuci tăiate, diferite fructe din dulceață și coajă de portocală.

Se încălzește rahatul cu 4—5 linguri de apă fierbinte (fără să se topească). Se adaugă biscuiții sfărîmați, nucile tăiate, fructele pentru aromă. Se amestecă bine. Se așază în farfurie lungă sau rotundă și se servește a doua zi sau după 3—4 ore.

1101. Tort din biscuiți I

750 g biscuiți, 250 g unt, 100 g nuci, zahăr după gust, rom, 2 linguri cacao, lapte, sirop.

Se freacă untul cu zahărul pudră și 1—2 linguri de cacao, se adaugă apoi nucile date prin mașină. Se moaie biscuiții în lapte sau într-un sirop și se așază pe farfurie un rînd de biscuiți stropiți cu rom, un rînd de cremă de unt cu nuci și cacao. Se învelește tortul cu cremă și se presară deasupra nuci.

1102. Tort din biscuiți II

200 g unt, 2 ouă, 1 pahar lapte, 200 g zahăr, vanilie, 2 linguri cacao, 200 g biscuiți, rom.

1. 200 g unt se freacă bine cu două gălbenușuri.

2. Se fierbe jumătate din lapte cu două linguri pline de cacao, 200 g zahăr și vanilie.

3. Jumătate din compoziția nr. 2 se amestecă cu untul frecat cu ouăle și cînd este gata, se adaugă foarte încet două albușuri bătute spumă.

4. Se dau prin mașină 200 g biscuiți, se amestecă cu rom, cu lapte și cu restul din compoziția nr. 2. Se mai adaugă jumătate din compoziția nr. 3. Se unge forma, se tapetează cu hîrtie, se așterne un strat din toată compoziția nr. 4 și pe deasupra jumătate din compoziția rămasă de la numărul 3 Se dă la rece.

1103. Tort de biscuiți cu cacao

250 g biscuiți, 200 g unt, 1 pahar zahăr, 4 linguri rom 2 ouă, 2 linguri cacao, 1/2 lingură esență de cafea sau cicoare.

Se freacă gălbenușurile cu jumătate din cantitatea de zahăr, se adaugă cacao și esență de cicoare fierbinte. Se bat pe baia de apă sau la marginea mașinii pînă ce se îngroașă. Se dă la rece. Se freacă untul spumă cu restul de zahăr, se adaugă crema și romul și se amestecă cu biscuiții tăiați bucăți mici, oprind o parte din cremă cu care se învelește tortul. Se așază pe farfurie în formă de tort.

1104. Tort biscuit

Cantități egale de: zahăr, unt, biscuiți, 2—3 linguri cacao, coajă de portocale, rahat, nuci.

Se freacă 200 g zahăr cu 200 g unt spumă. Se dizolvă 2—3 linguriță de cacao într-o ceșcuță de apă cu rom. Se

toarnă peste zahărul frecat cu unt și se mai adaugă 200 g biscuiți fărîmați bucățele, coajă de portocale, fructe din dulceață, mici bucățele de rahat. Dacă nu se leagă bine, se adaugă puțin sirop. Se dă formă de tort și se garnisește cu fructe și nuci etc.

1105. Tort rece

500 g biscuiți, 250 g unt, 2 linguri făină, 4 linguri zahăr, 1/2 litru lapte.

Se toarnă laptele rece peste făină amestecîndu-se bine și se adaugă două linguri de zahăr. Se arde restul de două linguri de zahăr și cînd este bine colorat, se toarnă laptele puțin cîte puțin, amestecîndu-se bine pe foc. Dacă este posibil, se adaugă 3—4 nuci tăiate și se dă la rece. Se freacă untul spumă, se amestecă cu crema și se așază în farfurie un rînd de biscuiți, un rînd de cremă. Se poate prepara și mai economic, cu crema de zahăr ars fără unt.

1106. Tort rece cu cicoare

500 g biscuiți, 250 g unt, 2 linguri făină, 4 linguri zahăr și cicoare fierbinte.

Se toarnă esența de cicoare fierbinte peste făina amestecată cu zahărul pe foc moale și se obține un sos gros. Se amestecă cu untul frecat spumă și se așază pe farfurie alternînd biscuiții cu această cremă. Se învelește cu un strat de cremă.

1107. Salam

100 g cacao (cam 2 linguri), 100 g zahăr, 100 g nuci, jumătate date prin mașină și jumătate tăiate bucățele mici, un gălbenuș, rom.

Se amestecă toate acestea, se dă formă de rulou și se tăvălește prin zahăr pudră. Se lasă la rece o zi. Se taie feluițe ca de salam.

1108. Salam de cacao

250 g biscuiți, 250 g unt, 250 g zahăr, 2 gălbenușuri, 2 linguri cacao, 1 pahar nuci tăiate, rom, fructe din dulceață.

Se fărîmă biscuiții și se moaie în cacao cu lapte sau în apă îndulcită cu zahăr, după gust. Se freacă untul cu zahărul, se adaugă gălbenușurile pe rînd, nucile, apoi restul

de cantități : zahăr, fructe, romul. Se frămîntă bine, se pune compoziția pe hîrtie pergament, se dă formă de rulou care se tăvălește în zahăr pudră. Se dă la rece și se servește felii tăiate rotund, ca orice salam.

1109. Cartofi

200 g zahăr pudră, 200 g nuci măcinate, 200 g biscuiți măcinați prin mașina de carne, rom, vanilie, coajă de portocale și de lămîie, rahat, fructe din dulceață, 3 linguriță de cacao dizolvate în sirop.

Se amestecă și se frămîntă toate, se dă forma de cartofi și se tăvălesc prin cacao sau, în lipsă, prin nuci măcinate. Se pot face și mai simpli, fără fructe, rahat etc.

1110. Cartofi de ciocolată

Resturi de prăjituri, 100 g nuci, coajă de lămîie, sirop, rom, cacao.

Se fărîmițează resturile de prăjituri (tort, cozonac, ruladă), se amestecă cu nuci, alune sau migdale tăiate mărunt, coajă rasă de lămîie sau portocală, ciocolată rasă. Se adaugă apoi puțin sirop legat bine, rom, atît cît să se umezească compoziția. Se fac forme rotunde de mărimea unui cartof, se dau prin cacao sau prin ciocolată granulată. Se înțeapă din loc în loc cu migdale tăiate subțire.

1111. Bomboane

200 g nuci măcinate, 150 g zahăr, 1 ou întreg, rom, 2 linguri cacao.

Se frămîntă și se fac bomboane tăvălite prin zahăr pudră

1112. Gun-go

150 g cafea naturală, 500 g zahăr, 200 g nuci măcinate

Se face din cafea o esență tare. Se amestecă cu zahărul. Se desparte jumătate din sirop și se dă la o parte. În cealaltă jumătate se adaugă nucile măcinate și se pune pe mașină să dea cîteva clocote. Se lasă să se răcească într-un vas cu apă rece atît cît să poată suporta mîna și se fac bomboane. Imediat ce li s-a dat forma, se așază pe farfurie și se toarnă pe deasupra siropul de cafea, păstrat deoparte fierbinte. Siropul glasează bomboana. Este bine să lucreze două persoane fiindcă glazura se întărește foarte repede.

1113. Alviță (nuga albă)

1½ pahar zahăr, 1 pahar miere, 5 albușuri, 1 lămîie sau portocală, 150 g nuci, 2 blaturi din comerț.

Se toarnă mierea și puțină apă peste zahăr în cratița în care se va lucra. Se pune la foc potrivit și se bate pînă se topește. Se amestecă cu albușurile bătute spumă și se continuă să se bată la foc pînă se îngroașă. Se adaugă nuci întregi, zeamă de lămîie, coajă de portocală și se răstoarnă peste un blat din comerț. Se întinde repede cu un cuțit în mod egal pe toată suprafața, se așază al doilea blat și se pune o greutate deasupra. Se taie bucăți cînd încă este călduț.

1114. Alviță

500 g zahăr, 1 ceașcă miere de albine, 6 albușuri, 1½ pahar nuci, 4 blaturi din comerț.

Se amestecă zahărul cu mierea lichidă și albușurile bătute spumă, timp de o oră, la rece. Se pune apoi pe mașină la foc moale și se amestecă pînă ce se întărește. Se adaugă nucile, se așază între blaturi și se taie bucăți.

1115. Nuga de zahăr ars

Cantități egale de zahăr și nuci, 1 lămîie.

Se pune zahărul (tos) stropit cu puțină apă în tigaie, la foc iute; cînd a început să-și schimbe culoarea, se adaugă nucile, se mai lasă pe foc slab pînă capătă culoarea dorită și apoi se adaugă și zeama de lămîie. Se răstoarnă pe o tavă unsă. Se taie imediat în bucăți dreptunghiulare, pătrate sau romburi. Se lucrează numai la cald și foarte repede.

1116. Nuga albă

400 g zahăr, 6 albușuri, 350 g nuci, 100 g miere, zeama de la o lămîie și coaja rasă.

Se bat albușurile cu vanilia, zahărul și zeama de lămîie pe baia de apă, cînd sînt bine bătute se adaugă mierea, se continuă să se bată pe baia de apă pînă ce se întărește spuma. Se ia jos, se adaugă coaja de lămîie și nucile. Se împarte compoziția în două și se așază între blaturi din comerț. Se păstrează la cald 5—10 zile și apoi se taie în bucăți de 5—7 cm.

1117. Nuga pentru blaturi din comerț

300 g nuci mărcinate, 250 g zahăr, 100 g unt, 4 gălbenușuri, puțină sare de lămîie, blaturi din comerț.

Se arde zahărul pînă ce devine lichid și puțin colorat, se adaugă cîte puțin din nucile date prin mașină, apoi untul, de asemenea cîte puțin. Dinainte se separă gălbenușurile și se adaugă cîte unul după ce tot untul a fost absorbit în compoziție. Tot timpul se amestecă și se ține vasul pe mașină la foc potrivit. Se lucrează foarte repede. La sfîrșit, după ce totul a fost încorporat, se adaugă sarea de lămîie dizolvată în puțină apă, sau zeamă de lămîie. Se întinde apoi cu un cuțit pe blaturile procurate din comerț. Se lucrează numai la cald și se taie tot caldă, deoarece se întărește foarte repede.

1118. Bomboane cu smîntînă

Cantități egale de smîntînă și zahăr.

Se pun în cratiță la foc bun. Se amestecă mereu cu o lingură de metal. După ce amestecul a căpătat o culoare cafenie închisă, se ia de pe mașină și se răstoarnă cu lingura pe o planșetă. După ce s-a răcit atît cît poate suporta mîna, se frămîntă cu mîna bine unsă în unt. Se face un sul lung din care se taie diferite forme de bomboane.

1119. Caramele

1 pahar miere, 1 pahar cacao, 1 pahar zahăr pudră, ½ pahar caimac sau smîntînă.

Se pun toate într-o cratiță pe foc moale și se amestecă mereu cu o lingură de metal pînă se îngroașă bine și capătă o culoare cafenie deschisă. Se unge un platou cu unt, se toarnă compoziția și după ce s-a răcit se taie cuburi care se învelesc în hîrtie specială.

1120. Bombe de ciocolată

120 g ciocolată, 100 g unt proaspăt, 150 g zahăr pudră, 2 gălbenușuri.

Se prepară la rece. Se pune ciocolată tăiată mărunt pe mașină într-un castron să se topească. După ce s-a topit, se ia deoparte, se pune untul proaspăt — spumă și se freacă bine. Se adaugă apoi zahărul și gălbenușurile cîte unul. Se freacă astfel ca să devină spumă și se dă la rece să se în-

tărească. Din această compoziție se fac repede bombe de mărimea unei alune și se trec prin ciocolată tocată mărunt.

1121. Bombe din resturi de cozonac, biscuiți, prăjituri

Resturi de prăjituri, 100 g nuci, sirop, rom, cacao.

Se sfărîmă orice rest de prăjitură, se amestecă cu nuci tăiate fin, se stropesc cu rom și cu puțin sirop. Se lasă să se îmbibe, apoi se iau cu linguriţa, se tăvălesc în cacao și se servesc. Se pot amesteca cu puțină cremă și fructe din dulceață

1122. Bomboane de ciocolată

100 g zahăr pisat, 60 g cacao, 75 g ciocolată praf, 100 g unt, 1 gălbenuș, 50 g ciocolată granulată.

Se cerne zahărul, cacao și ciocolata printr-o sită deasă. Separat se freacă untul spumă, se adaugă gălbenușul și apoi celelalte și se amestecă bine. Se fac bomboane de mărimea unei nuci și se dau prin ciocolată granulată.

1123. Înghețată de vanilie

1 litru lapte, 8 ouă, 250 g zahăr, 1 baton vanilie.

Se bate zahărul cu ouăle întregi sau numai cu gălbenușurile, se adaugă laptele clocotit, puțin cîte puțin, amestecîndu-se mereu ca să nu se taie. Se fierbe pe mașină la foc iute pînă ce începe să formeze băsici și se glasează pe lingură. Se lasă să se răcească și se toarnă apoi în șerbetiera pregătită mai înainte cu gheață în felul următor: se sparge gheața în bucăți mici cu ajutorul unui cui, care se înfige și se bate în blocul de gheață; aceasta ajută ca să nu se risipească gheața. Se așază în șerbetieră un rînd de gheață și unul de sare între pereții șerbetierei și vasul cilindric. Se umple de jur împrejur pînă sus, cît mai îndesat, bătîndu-se cu o bucată de lemn. După ce s-a pus compoziția în șerbetieră, se pune capacul, cu grijă să nu vină în contact cu sarea, deoarece o cît de neînsemnată cantitate de sare căzută în compoziție strică înghețata. Se învîrtește pînă ce compoziția este bine înghețată. Cînd începe fusul să se învărtească greu, înseamnă că înghețata începe să se întărească; se continuă învîrtirea pînă cînd fusul nu se mai rotește. Se scoate fusul șerbetierei, se pune capacul la loc cu grijă să nu intre sarea în compoziție, se continuă învîrtirea pînă se întărește înghețata. Se acoperă cu gheață și sare, apoi cu un sac și se lasă pînă ce se servește. Din cînd în cînd se scurge apa prin partea de jos a șerbetierei.

Cine dorește poate adăuga, cînd înghețata este gata înainte de a se scoate fusul, fructe zaharate tăiate bucăți mici, sau alune, migdale, nuci prăjite, curățate și trecute prin mașină.

Pentru gust și aspect deosebit, unele înghețate se pot servi cu spume de fructe ca: fragi, zmeură etc.

1124. Înghețată de vanilie nefiartă

¼ litru lapte, 6 gălbenușuri, 150 g zahăr, 250 g frișcă, 1 baton vanilie.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul și vanilia, se toarnă laptele clocotit, puțin cîte puțin, amestecîndu-se bine. Se lasă să se răcească și se adaugă frișcă bătută. Se toarnă această compoziție într-o formă cu capac, bine închisă. Se pune forma într-un vas mai mare pe un strat de gheață cu sare și se lasă 3—4 ore pînă se îngheață. Se răstoarnă, scufundîndu-se o clipă în apă clocotită, și se ornează cu frișcă.

Această înghețată se întărește în timp mai îndelungat, are însă avantajul că se prepară mai ușor, se îngheață fără șerbetieră, nu se fierbe și își păstrează vitaminele. Este deci mai hrănitoare, prin urmare mai recomandabilă.

1125. Înghețată de zahăr ars

1 litru lapte, 8 ouă, 250 g zahăr, ½ baton vanilie.

Se amestecă 150 g zahăr cu ouăle, se adaugă laptele și vanilia. Restul de zahăr se arde și se stinge cu ½ pahar de apă fierbinte; cînd s-a dizolvat tot zahărul, se adaugă peste compoziție, se îngroașă și se îngheață la fel ca înghețata de vanilie.

1126. Înghețată de ciocolată

Aceleași cantități ca la înghețată de vanilie, în plus 200 g ciocolată.

Se prepară la fel ca înghețata de vanilie cu deosebirea că se adaugă în plus 200 g ciocolată rasă, înainte de a se turna în șerbetieră.

1127. Înghețată de alune pralinate

Aceleași cantități ca la înghețată de zahăr ars, în plus 150 g alune, 100 g zahăr.

Se prepară o înghețată de zahăr ars, în care se adaugă după ce a înghețat 150 g alune prăjite și curățate de coajă, pregătite astfel: se ard 100 g zahăr și cînd s-a colorat suficient se toarnă peste alunele puse într-o farfurie de tablă, unsă cu ulei. Se lasă să se răcească și se trec prin mașina de nuci. Astfel pregătite, se adaugă în înghețata de zahăr ars.

1128. Înghețată de cafea

2 pahare lapte, 2 pahare esență concentrată de cafea, 350 g zahăr, 8 ouă, un baton vanilie.

Se prepară la fel ca înghețata de vanilie (v. 1123).

1129. Înghețată de fisticuri

Aceleași cantități ca la înghețată de vanilie, în plus 30 g apă de flori, 100 g fisticuri.

Se prepară o înghețată de vanilie în care se adaugă 30 g apă de flori. Se opăresc fisticurile, se curăță, se prăjesc, se macină și se adaugă la înghețată, cînd este aproape întărită.

1130. Înghețată de căpșuni, zmeură, fragi

300 g zahăr, 4 pahare pulpă de fructe, 1 pahar lapte, 1 albuș.

Se trec căpșunile prin sită pînă se obțin patru pahare de pulpă. Se amestecă cu 300 g zahăr pudră, un pahar de lapte și un albuș de ou. Pentru o înghețată mai fină, se înlocuiește laptele cu un pahar de frișcă. Se așază această compoziție în șerbetieră și se îngheață ca la toate celelalte înghețate.

1131. Înghețată de vișine

3 pahare pulpă de vișine, 300 g zahăr, 1 pahar lapte de sîmburi.

Laptele de sîmburi se prepară astfel: se pisează sîmburii cu coajă cu tot. Se pun într-un castron, se toarnă deasupra un pahar cu apă clocotită. Se lasă să stea pînă se răcesc și se strecoară. Pulpa de vișine se obține din vișinele fierte fără apă și trecute prin sită.

Se așază toată compoziția de mai sus în șerbetieră și se îngheață.

1132. Înghețată de caise

3 pahare de pulpă de caise, 300 g zahăr, 1 pahar lapte sau frișcă, 1 pahar de lapte de sîmburi și un albuș de ou.

Se amestecă pulpa de caise (obținută la fel ca pulpa de vișine) cu zahărul pudră, se adaugă laptele puțin cîte puțin, apoi laptele de sîmburi (v. 1131), albușul de ou și frișca. Se așază compoziția în șerbetieră și se îngheață.

1133. Înghețată de lămîie sau de portocale

5 lămîi sau 3 portocale, 300 g zahăr, 1 pahar apă, 1 pahar lapte sau frișcă.

Se fierbe un sirop mai slab din zahăr și apă și se lasă să se răcească. Se amestecă cu zeama de la lămîi sau de la portocale, strecurată, coaja rasă și stoarsă și laptele sau frișca. Se așază în șerbetieră și se îngheață.

1134. Înghețată de cantalup sau de pepene

1 pepene cantalup, 200 g zahăr, 1 pahar frișcă.

Se alege un cantalup sau un pepene galben de mărime potrivită, se taie la unul din capete capacul. Se curăță de semințe și cu o lingură de metal inoxidabilă se scoate miezul, care se trece prin strecurătoare sau printr-o sită de păr. Se amestecă cu zahărul pudră și cu frișca, se îngheață în șerbetieră, apoi se așază înghețată în pepene, garnisindu-se cu frișcă bătută. Capacul se pune alături pentru a se vedea garnitura.

La această înghețată se mai pot adăuga fructe zaharate, tăiate cuburi mici.

Observație: Orice înghețată se poate servi cu frișcă care îi dă un gust delicios.

1135. Cantalup cu frișcă

1 cantalup, 1 kg frișcă, 250 g fructe zaharate, 50 g alune sau migdale.

Se taie capacul unui cantalup. Se curăță de coajă atît cantalupul, cît și capacul. Se bate frișca și se amestecă cu fructele zaharate, alune, migdale; se umple cantalupul și se dă la gheață. Se servește tăiat felii. Se poate umple numai cu frișcă fără fructe.

1136. Înghețată fără foc și fără șerbetieră

6 gălbenușuri, 1/4 litru de lapte, 250 g frișcă, 150 g zahăr, vanilie.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, peste ele se toarnă puțin cîte puțin laptele clocotit cu vanilia, amestecîndu-se bine. După ce s-au pus tot laptele și compoziția s-a răcit, se adaugă frișca bătută. Se toarnă în formă cu capac și se dă la gheață 3—4 ore. Se răstoarnă și se ornează cu frișcă.

DULCEȚI, GEMURI, JELEURI, ȘERBETURI, PELTELE, LICHIORURI

DULCEȚI

Reguli de observat

Dulcețile se prepară numai în cantitate mică ; cînd se prepară în cantitate prea mare, zahărul se arde, dulceața își schimbă culoarea și se face coardă.

Fructele trebuie să fie cît mai proaspete, bine coapte și nevătămate, zahărul cît mai curat — de preferat bucăți — și vasul perfect curat. Cea mai mică neglijență în această privință atrage sigur zaharisirea dulcelii.

Se recomandă ca în fiecare gospodărie să se găsească un vas nou sau întreținut ca nou, special pentru dulceață.

Toate vasele, cratițe, castroane, linguri, spumiere, borcane, cîrpe etc., trebuie să fie perfect curate. Înainte de a fi întrebuințate se fierb în leșie și se usucă foarte bine ; borcanele se afumă cu zahăr ars.

Limpezirea siropului. Dacă zahărul nu este perfect curat, se limpezește siropul în modul următor : se dizolvă zahărul cu apă fierbinte, se adaugă un albuș de ou și coaja de ou sfărîmată, se dau cîteva clocote, se dă vasul jos de pe mașină, se stropește cu 1/2 pahar de apă rece și se strecoară printr-un tifon. Se spală cratița bine de tot și se pune din nou siropul la fiert.

Este bine ca zahărul tos să se întrebuințeze la dulcețile roșii : vișine, trandafiri, căpșuni etc.

La dulcețile albe, se va întrebuința de preferință zahăr rafinat, bucăți, ca să se obțină siropul alb și limpede.

Apa de var se prepară astfel: la 1 litru de apă se întrebuințează o lingură de var stins. Se amestecă, se lasă să se limpezească, se scurge într-un vas și în această apă se țin fructele 3—4 ore, după rețetă.

Legarea zahărului : după ce zahărul s-a dizolvat (de preferat în apă fierbinte) se limpezește și se strecoară, dacă este necesar, și se fierbe la foc iute. Pentru a constata dacă zahărul este destul de legat, se procedează în modul următor : în momentul cînd încep să apară băsici mărunte la suprafață, se mai lasă să dea cîteva clocote, se trage cratița la marginea mașinii, se scoate puțin sirop într-o farfurioară și se lasă să se răcească. Dacă siropul este destul de gros, înseamnă că este legat. Se trage cratița pe marginea mașinii în timpul cînd se încearcă zahărul, pentru ca în acest timp siropul să nu se treacă din legat.

Zeama de lămîie. Zeama de lămîie ajută să nu se zaharisească dulceața și se adaugă o parte la început, după ce începe să fiarbă siropul, iar a doua parte, după ce s-au pus fructele la fiert și dulceața este pe jumătate legată. În felul acesta nu se mai formează straturi de sirop zaharisit pe marginea cratiței.

În lipsă de lămîie se poate pune sare de lămîie dizolvată în puțină apă.

Adăugarea fructelor. După ce siropul s-a legat, se trage cratița de pe marginea mașinii, se lasă să se liniștească clocotele și numai atunci se adaugă fructele. Se lasă fructele în sirop cam 15—20 minute, pe marginea mașinii, ca să-și lase toată zeama lor în sirop și numai după aceea se pun din nou la fiert, la foc iute. Dacă fructele nu-și lasă zeama de la început, ele și-o lasă după ce s-a legat dulceața, aceasta fiind cauza pentru care dulcețile se dezleagă, după ce sînt gata.

Legarea dulceții. După ce s-au pus fructele în siropul legat și dulceața începe din nou să fiarbă, siropul face niște bășici dese. Se mai lasă să dea cîteva clocote și se trage cratița pe marginea mașinii pentru a încerca dacă siropul s-a legat. Se încearcă astfel : se moaie lingura în dulceață, se ridică în sus, se lasă să se prelingă pe vîrful lingurii tot siropul și cînd mai rămîn 2—3 picături, se pică într-o farfurioară. Dacă picătura rămîne ca un bob, fără să se lățească, dulceața este gata. În timpul cînd se încearcă dulceața, se trage cratița pe marginea mașinii, astfel încît dulceața să nu se mai lege în timpul cît se încearcă. Dulceața trecută din legat se zahariseşte.

Dulcețile preparate din fructe care conțin o substanță numită pectină și care ajută la legarea siropului, cum sînt : coacăzele, piersicile etc., se socotesc legate cînd bobul scurs pe farfurioară se lățeşte puțin. Nu trebuie să rămînă tare, căci atunci dulceața este prea legată.

Un alt mijloc sigur de a cunoaşte cînd este dulceața legată, dar care cere oarecare experiență este acesta : să se observe modul cum clocotește dulceața, care atunci cînd este legată, începe să forfoiască, formînd un fel de nasturi (bășici).

Fructele mai zemoase se pot prepara printr-un procedeu mai uşor și rapid. Se așază fructele fără sîmburi, un rînd de fructe, un rînd de zahăr și se lasă pînă a doua zi. În caz de urgență se pot fierbe chiar și în aceeași zi. Se țin la abur pînă se dizolvă zahărul, apoi se fierb după indicațiile date mai sus.

Luarea spumei. După ce dulceața s-a legat, se ia cratița de pe foc, se leagănă între mîini într-o parte și în alta ca să se adune toată spuma la un loc și se ia cu lingura pînă ce nu mai rămîne nimic. Nu se ia spuma în timp ce dulceața fierbe pe foc.

Cum se toarnă dulceața în borcan. Se acoperă cratița cu o cîrpă udă și bine stoarsă și se lasă pînă a doua zi să se răcească și fructele să se îmbibe bine cu sirop. Dacă dulceața se toarnă fierbinte în borcan, fructele se ridică deasupra siropului. Numai după ce s-a răcit se toarnă dulceața în borcane curate și bine șterse. Se leagă cu hîrtie și se păstrează la loc uscat și aerisit, fără mirosuri tari împrejur. Hîrtia se înțeapă de cîteva ori cu un ac.

Atunci cînd se servește dulceața din borcan, nu se umblă decît cu linguriţe perfect curate și niciodată ude.

Dezaharisirea unei dulceți. Dacă se întîmplă să se zaharisească o dulceață, se desfac astfel : se pune borcanul cu dulceață să se dezlege în baia de apă. În timpul acesta se leagă, pentru un borcan de 1 kg de dulceață, un sfert de kg de zahăr cu un pahar de apă și două linguri de zeamă de lămîie. În momentul cînd este pe jumătate legat, se trage vasul deoparte să se liniștească clocotele, se toarnă siropul în dulceață, se amestecă, se lasă să stea cîteva minute și se pune din nou la fiert. După un clocot, se adaugă încă o lingură de zeamă de lămîie și se fierbe pînă ce se leagă zahărul bine.

1137. Dulceață de nuci verzi (albe)

1 kg zahăr, 100 nuci, 4 pahare apă, ½ baton vanilie, 3 linguri zeamă de lămîie.

Se curăță nucile de coaja verde cu un cuțit care taie foarte bine și pe măsură ce se curăță, se pun în apă rece. Se fierb apoi în 5—6 ape clocotite, cam cîte 10—15 minute în fiecare apă. Pentru aceasta trebuie să fie pe foc un vas mare cu apă clocotită din care să se întrebuințeze pentru fiert nucile. Este bine să se lucreze cu două cratițe: imediat ce nucile au fiert într-o cratiță, se trec în cealaltă, gata pregătită cu apă clocotită. După ce au fiert astfel nucile, se limpezesc în 3—4 ape reci, schimbîndu-se apa după 15 minute la fiecare dată.

Se pune siropul la fiert, iar după primul clocot, se pune o lingură de zeamă de lămîie. Se leagă zahărul cam pe trei sferturi, se trage cratița pe marginea mașinii să se liniștească clocotele și apoi se adaugă nucile zvîntate. După ce și nucile sînt aproape fierte, se pune restul de lămîie și vanilia. Se încearcă dulceața și dacă siropul stă bob, este gata. Se ia spuma și după ce se răcește se pune în borcan.

1138. Dulceață de nuci negre

1 kg zahăr, 60 nuci, 3 pahare apă, 3 linguri zeamă de lămîie, vanilie.

Nucile tinere se pun la fiert în apă clocotită, pînă ce se desfac cojile. Se scurg și se curăță. Se trec în mai multe ape reci, pînă ce se curăță toate nervurile. Se fierb în 5—6 ape clocotite, ca și nucile albe, se scurg și se prepară la fel ca dulceața de nuci albe.

1139. Dulceață de nuci putrede

1 kg zahăr, 60 nuci, 5 pahare apă, 3 linguri zeamă de lămîie, vanilie.

Nucile tinere se țin în apă rece, la loc întunecos, 10—12 zile, schimbîndu-se apa în fiecare zi. Se curăță coaja la fel cum am arătat la dulceața de nuci negre. Se scot, se scurg, se împănează cu coajă de portocale. Se pune zahărul la fiert, iar la primul clocot se adaugă nucile, se fierb foarte încet, pînă ce se leagă bine și cînd sînt aproape gata, se adaugă toată zeama de lămîie.

Se leagă, se spumuiește, se răcește și după ce s-a răcit se toarnă în borcan.

1140. Dulceață de caise verzi

1 kg zahăr, 1 kg caise verzi, 3 pahare apă, ½ baton vanilie, 3 linguri zeamă de lămîie.

Se aleg caise verzi proaspete, fără pete și care să nu aibă sîmburele întărit. Se înțeapă cu un ac mai gros de 4—5 ori, prin mijlocul sîmburelui și se trec imediat în apă rece, care se schimbă de 2—3 ori. Se pun într-un tifon subțire și se opăresc în apă clocotită, scufundîndu-se în apă de 2—3 ori. Se limpezesc imediat în multă apă rece, ca să le rămînă culoarea verde. Să nu se țină caisele mai mult timp la opărit, decît primele clocote, căci se moaie, și prin atingere una de alta, li se rupe pielița.

Se pune siropul la fiert și cînd este legat, se trage cratița pe colțul mașinii. După ce încetează clocotele, se pun și fructele. Se lasă fructele în sirop timp de 20 minute, ca să-și lase toată apa din ele. Se pune cratița din nou la fiert la foc iute; dacă se fierb la foc domol, se îngălbenesc fructele. După ce a început să fiarbă, se mai adaugă două linguri de zeamă de lămîie. Se fierbe pînă ce se leagă.

Se lasă dulceața să se răcorească și se toarnă în borcan. Se păstrează la loc răcoros și uscat.

1141. Dulceață de prune verzi

Se prepară la fel ca dulceața de caise verzi (v. 1140).

1142. Dulceață de prune coapte

1 kg zahăr, 750 g de prune coapte sau o farfurie cu vîrf, 3 pahare apă, ½ baton vanilie, 2—3 linguri zeamă de lămîie.

Se aleg prunele să fie coapte și tari, se curăță de codițe și se spală. Cu o zi înainte se pregătește apa de var și se strecoară într-un vas curat. Prunele se curăță de pielița; cele care se curăță greu se opăresc în apă clocotită cam 1 minut și apoi se curăță. Pe măsură ce se curăță, se pun în apa de var (v. p. 348), unde se lasă două ore. Se scot, se limpezesc în apă rece și se pun să se zvînte pe o cîrpă. Se scot sîmburii cu un bețișor subțire, împungînd în partea unde a fost codița, astfel ca sîmburele să iasă prin vîrful prunei, ținînd pruna strîns în mînă.

Se pune zahărul la fiert și cînd siropul a început să clocotească, se pune o lingură de zeamă de lămîie. Se leagă siropul bine, se trage cratița pe marginea mașinii să se liniștească clocotele și se pun fructele.

Se lasă astfel pe marginea mașinii 20 minute, pentru ca prunele să aibă timp să-și lase zeama lor. Se pun apoi să fiarbă la foc iute și cînd clocotesc bine, se mai pun două linguri de zeamă de lămîie. Se continuă fierberea pînă ce se leagă bine. Se lasă să se răcească și se toarnă în borcan.

1143. Dulceață de vișine

1 kg zahăr, 900 g vișine fără sîmburi, 1/2 baton vanilie, 3 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare apă.

Se curăță vișinele de codițe, se spală, se scot sîmburii. Se pune zahărul să se dizolve în apă și apoi să fiarbă. După ce începe să clocotească, se adaugă o lingură de zeamă de lămîie. Se lasă zahărul să se lege bine, se trage vasul pe marginea mașinii, ca să se liniștească clocotele, se pun fructele, se lasă să stea 30 minute pentru ca vișinele să-și lase toată zeama, apoi se pun la foc și se continuă fierberea, adăugîndu-se și restul de zeamă de lămîie. Se încearcă dacă este legată, se toarnă în borcan a doua zi.

Alt procedeu: Se așază vișinele, fără sîmburi, un rînd de vișine, un rînd de zahăr, și se lasă astfel pînă a doua zi. Se poate fierbe și în aceeași zi dacă vișinele și-au lăsat destulă zeamă ca să se dizolve tot zahărul. A doua zi se ține cratița pe marginea mașinii pînă ce se dizolvă tot zahărul; apoi se fierbe după indicațiile date la primul procedeu.

La această dulceață trebuie multă atenție: trecută din legat își schimbă culoarea și se face coardă. Dacă nu este suficient de legată, cînd se răcește își lasă zeamă. În acest caz se pune din nou la fiert să mai dea cîteva clocote.

1144. Dulceață de cireșe albe

1 kg zahăr, 900 g cireșe fără sîmburi, 1/2 baton vanilie, 3 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare apă.

Se prepară la fel ca dulceața de vișine.

1145. Dulceață de cireșe amare

1 kg zahăr, 800 g cireșe amare negre, fără sîmburi, 1/2 baton vanilie, 3 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare apă.

Se prepară la fel ca dulceața de vișine.

1146. Dulceață de trandafiri

1 kg zahăr, 150 g foi de trandafir, 1 degetar sare de lămîie pisată, 3 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare apă.

Foile de trandafir se aleg să fie proaspete și anume pentru dulceață. Se taie părticica albă a petalei și apoi se

freacă astfel cu sare de lămîie pisată : se presară sare de lămîie peste toată floarea de trandafir, se amestecă cu mîna şi apoi se strîng foile în mînă, fără să se rupă, pînă se fac roşii şi din ele curge un suc roşu. Trebuie strînse cu grijă, ca să nu se rupă, ci să rămînă întregi. Foile se freacă pînă cînd strînse la un loc devin de mărimea unui ou.

Se pune zahărul să se dizolve în apă pe foc şi cînd dă primul clocot, se pune $1^1/_2$ lingură de zeamă de lămîie, se trage cratiţa pe marginea maşinii şi se pun foile de trandafir cu zeama lor, desfăcînd bine cocoloşul. Se dau din nou la fiert şi după ce au mai fiert puţin, se pune restul de $1^1/_2$ lingură de zeamă de lămîie. Se încearcă dacă siropul stă bob şi se dă imediat jos, se lasă să se răcească şi se toarnă în borcan.

Observaţie : Sarea de lămîie nu trebuie să fie mai multă decît prevede reţeta, căci întăreşte foile de trandafir.

Foile de trandafir se pun de la primele clocote în sirop, altfel nu au timp să fiarbă.

1147. Dulceaţă de trandafir (fiartă în zeamă de foi de trandafir)

Aceleaşi cantităţi ca la dulceaţa de trandafir, în plus 150 g foi de trandafir pentru a obţine zeama.

Se pun 150 g foi de trandafir să fiarbă în apă clocotită pînă ce se moaie bine. Se lasă să se răcească, se strecoară printr-un tifon şi cu această zeamă se face dulceaţa.

Este mult mai aromată însă mult mai costisitoare, deoarece se consumă mai multe foi de trandafir, mai mult foc, mai mult timp.

1148. Dulceaţă de portocale

1 kg zahăr, 800 g portocale (cîntărite după ce au fost fierte), 3 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare zeamă în care au fiert portocalele.

Se aleg portocale coapte şi tari, cu coaja groasă. Se rade coaja uşor şi subţire. Se pun la fiert în apă clocotită, acoperite şi se lasă să fiarbă pînă cînd, încercîndu-le cu mîna, se pătrunde uşor coaja cu unghia. Se scot de la fiert pe un fund curat şi se taie bucăţi.

Se pune zahărul pe maşină cu apa în care au fiert portocalele şi după ce a început să fiarbă, se adaugă o lingură de zeamă de lămîie, iar cînd este legat, se trage cratiţa pe marginea maşinii să se liniştească clocotele şi se pun bucă-

ţile de portocale. Se lasă pe marginea maşinii 15—20 minute să-şi lase zeama lor şi se pun din nou la fiert ; cînd sînt pe jumătate legate, se pune şi restul de zeamă de lămîie şi se lasă pînă ce se leagă complet. Se încearcă şi se ia de pe foc, dacă este gata.

1149. Dulceaţă de lămîie

Se procedează la fel ca la dulceaţa de portocale.

1150. Dulceaţă de grepfrut

Se procedează la fel ca la dulceaţa de portocale.

1151. Dulceaţă de chitră

1 kg zahăr, 250 g chitră, apă de flori, 2—3 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare apă în care a fiert chitra, 1 lămîie.

Se curăţă chitra foarte bine de coajă, tăindu-se fire lungi din coajă sau se dă prin răzătoare mare. Se pune chitra rasă sau tăiată într-un tifon, să fiarbă în apă clocotită, pînă ce se moaie. Se scoate din tifon, se întinde pe o planşetă şi se acoperă cu o cîrpă.

Zahărul se pune să fiarbă la foc iute ; cînd începe să clocotească, se adaugă o lingură de zeamă de lămîie şi cînd siropul este pe jumătate legat, se trage deoparte, să se liniştească clocotele şi se pune chitra. Se dă din nou la foc şi se adaugă jumătate lămîie, curăţată de coajă şi tăiată felii subţiri, iar cînd a început să clocotească din nou, se pun două linguri de zeamă de lămîie. Se adaugă şi apa de flori. Se încearcă şi cînd siropul stă bob, este gata. Se stropeşte cu apă de flori şi se acoperă vasul cu un tifon ud. Se face şi dulceaţă de chitră bucăţi, la fel ca dulceaţa de gutui bucăţi.

1152. Dulceaţă de melci de portocale

1 kg zahăr, coaja de la 6 portocale mari, 3 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare apă în care au fiert portocalele.

Se aleg 6 portocale mari de Jafa, speciale pentru dulceaţă, cu coajă groasă. Se ţin 2—3 zile la apă rece, schimbîndu-le apa în fiecare zi. Se rade apoi coaja pe răzătoare cu găurelele mici, răzînd uşor, să se ia numai partea cea lucioasă de deasupra. Se opăresc apoi în apă clocotită pînă ce se moaie puţin coaja, cam 15—20 minute. Se scot din apă şi se crestează coaja în felii late, după plăcere. Se scot

feliile de portocală, se netezesc cu cuțitul, ca să nu aibă fire care să atîrne și se rulează felia de portocală de la un capăt la celălalt. Se înșiră toți melcii pe o ață groasă, astfel ca să fie bine strînși unul lîngă celălalt. Se pot face două șiruri de melci, care se pun la fiert în apă clocotită. După ce au fiert, se scot din apă și se lasă să se răcorească.

Se pune zahărul la fiert cu apa rămasă de la portocale, iar la primele clocote, se adaugă o lingură de zeamă de lămîie și apoi melcii înșirați pe ață. Pe la jumătatea fiertului, se pune și restul de zeamă de lămîie. Se încearcă și cînd siropul stă bob pe farfurie, este gata. Ața se scoate numai după ce s-a răcit dulceața.

1153. Dulceață de căpșuni

1 kg zahăr, 1 1/2 kg căpșuni sau o farfurie adîncă plină, 2 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare apă, apă de var, zeamă de lămîie sau alcool.

Se aleg căpșuni rotunde, speciale pentru dulceață, proaspete, tari. Li se scoate codița și se pun în apă de var (v. p. 348), care s-a pregătit din ajun. Se lasă în apă de var o jumătate de oră. Se limpezesc apoi in apă rece și se pun să se scurgă pe o cîrpă, așezîndu-le cu partea lată în jos.

În acest timp se pune zahărul la fiert și cînd începe să clocotească, se adaugă o lingură de zeamă de lămîie și se lasă siropul să se lege bine. Se trage cratița pe marginea mașinii să înceteze clocotele, se pun căpșunile, se lasă 5 minute ca să-și lase zeama lor și se pun din nou la fiert. Cînd dulceața este pe jumătate gata, se mai adaugă o lingură de zeamă de lămîie. Se încearcă și dacă este gata, se ia de pe foc, iar după ce s-a răcit bine se toarnă în borcan.

Observație : În loc de apă de var se poate să se stropească căpșunile (după ce sînt spălate) cu zeamă de lămîie, alcool sau rom. Aceasta se face pentru ca fructele să se mai întărească și să aibă o culoare mai frumoasă. Procedeul cu apa de var este bun, căpșunile își păstrează forma și culoarea frumoasă, dar își mai pierd din aromă.

Alt procedeu : Se așază căpșunile într-un vas smălțuit, un rînd de căpșuni și un rînd de zahăr și deasupra se stoarce zeama de lămîie. Se pune vasul pe marginea mașinii și se lasă pînă ce se dizolvă zahărul, apoi se procedează așa cum am arătat mai sus. Această dulceață este ușor de pregătit, este foarte parfumată și gustoasă, dar fructele din dulceață sînt ceva mai moi.

1154. Dulceață de fragi

1 kg zahăr, 1½ kg fragi, 2 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare apă.

Se prepară la fel ca dulceața de căpșuni, însă fragii nu se pun în apă de var, iar cînd sînt curați, nici nu se spală. Pot fi stropiți cu zeamă de lămîie sau cu rom.

Se pot prepara și după primul procedeu și după al doilea procedeu la fel cu dulceața de căpșuni.

1155. Dulceață de zmeură

1 kg zahăr, 1½ kg zmeură, 2 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare apă.

Se prepară la fel ca dulceața de fragi. Zmeura se alege cu grijă bob cu bob, ca să nu aibă viermișori.

Zmeura de pădure este mai parfumată și bobul stă întreg în dulceață, pe cînd cealaltă uneori se sfărîmă.

1156. Dulceață de coacăze (albe și roșii)

1 kg zahăr, 1 pahar plin cu boabe de coacăze fără sîmburi, ½ baton vanilie, 2 linguri zeamă de lămîie, 4 pahare apă.

Se aleg coacăzele cu bobul mare. Se rup de pe ciorchină, se spală, se lasă să se scurgă puțin, apoi se scoate sămînța din fiecare bob, cu ajutorul unui ac mare.

Se leagă zahărul bine, la primele clocote se adaugă o lingură de zeamă de lămîie și, cînd siropul este bine legat, se trage cratița pe marginea mașinii, să se liniștească clocotele, și se pun coacăzele. Se lasă 5 minute, apoi se pune dulceața din nou la fiert și cînd clocotește, se pune și a doua lingură de zeamă de lămîie. Această dulceață este legată înainte ca siropul să stea bob. Fiartă prea mult, se face ca o peltea. Vanilia se pune cînd este aproape legată. Se încearcă pe farfurioară și se cunoaște că este gata astfel: siropul se scurge gros pe vîrful lingurii și se formează o boabă care se lățește imediat. Dacă siropul stă bob, atunci este prea legat. Trebuie deci multă atenție. Se toarnă rece în borcan.

1157. Dulceață de agrișe

1 kg zahăr, 1 kg agrișe sau o farfurie plină, după ce au fost scoși sîmburii, 2 linguri zeamă de lămîie, ½ baton vanilie, 3 pahare apă.

Se prepară la fel ca dulceața de coacăze.

1158. Dulceață de struguri

1 kg zahăr, 3 linguri zeamă de lămîie, 1 kg boabe de struguri, sau o farfurie cu vîrf după ce s-au scos sîmburii, 1/2 baton vanilie, 3 pahare apă.

Se aleg boabe mari de struguri (Napoleon), se curăță de pieliță și de sîmburi și se pun într-un tifon să se scurgă. Se pune zahărul la legat, la primele clocote se pune o lingură de zeamă de lămîie. Se leagă, se trage cratița pe marginea mașinii, să se liniștească clocotele și se pun strugurii. Se mai lasă 15 minute, apoi se continuă cu fierberea. Se pune restul de lămîie și cînd este aproape gata, se pune vanilia. Se încearcă și cînd siropul stă bob, dulceața este suficient de legată. Se ia spuma și rece se toarnă în borcan.

1159. Dulceață de caise coapte

1 kg zahăr, 60—80 caise, după mărime, 3 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare apă, sîmburi de caise curățați, apă de var.

Caisele coapte, tari și nepătate, se spală, se curăță de coajă cu un cuțitaș bine ascuțit. Caisa se ține în mînă ușor, așa ca să nu se moaie.

Se pun în apă de var, se lasă să stea cam două ore. Se limpezesc apoi în apă rece, se scot sîmburii. Se pun apoi caisele să se zvînte.

Sîmburii se sparg, se opărește miezul, se curăță de pieliță, se zvîntă bine într-o cîrpă și se pune cîte un sîmbure în mijlocul fiecărei caise.

Se leagă bine siropul, la primele clocote se pune o lingură de zeamă de lămîie și după ce s-a legat bine, se trage vasul pe marginea mașinii, se lasă să se liniștească clocotele și se pun caisele. Se mai lasă pe marginea mașinii 10—15 minute și se pune din nou la fiert. În timpul cît fierbe, se mișcă ușor cratița, ca să nu se lipească caisele de fundul cratiței. După ce s-a legat pe jumătate, se adaugă și restul de zeamă de lămîie. Se încearcă și dacă siropul stă bob, dulceața este legată.

Alt procedeu: După ce caisele au stat în apa de var se așază în cratiță un rînd de zahăr pisat, un rînd de caise. Se lasă cratița acoperită pe aburi, pînă ce zahărul se dizolvă și se pune la fiert pe mașină. La primele clocote se pune o lingură de zeamă de lămîie, și cînd este pe jumătate gata, se adaugă restul de zeamă de lămîie Se încearcă la fel cu celelalte dulcețuri. Această dulceață are culoarea ceva mai închisă.

Observație : Sîmburele se scoate din caisă folosind un beţişor rotund şi lung cam de 15 cm. Se ţine caisa în mîna stîngă şi se împinge uşor cu beţişorul dinspre partea unde a fost prinsă codiţa, astfel ca să nu se desfacă fructul în două jumătăţi.

1160. Dulceaţă de piersici

1 kg zahăr cubic, 30—50 piersici după mărime, 2 linguri zeamă de lămîie, 1/2 baton de vanilie, 4 pahare apă.

Se aleg piersici tari, se curăţă de coajă şi se pun în apă de var. Se limpezesc apoi în apă rece, se desfac în jumătăţi ca să li se poată scoate sîmburii.

Se pune siropul la fiert, la primele clocote se adaugă o lingură de zeamă de lămîie, se lasă să se lege siropul, se trage pe marginea maşinii să se liniştească clocotele, se pun piersicile, se mai lasă 10—15 minute şi apoi se pun din nou la fiert. După ce a fiert pe jumătate, se adaugă şi cealaltă lingură de zeamă de lămîie. Se încearcă şi cînd siropul stă puţin bob şi apoi se lăţeşte, este gata. Se ia spuma şi rece se toarnă în borcan.

Alt procedeu : Se mai poate prepara, tăind fructele în jumătăţi şi apoi fiecare jumătate în lung, în lame groase cam de 4—5 mm. Se leagă siropul ca şi la celălalt procedeu, se trage vasul pe marginea maşinii, se pun piersicile tăiate, se lasă 10—15 minute pe marginea maşinii, apoi se procedează la fel ca la reţeta precedentă.

1161. Dulceaţă de gutui rase sau tăiate fire lungi

1 kg zahăr, 1 kg gutui altoite, 3 linguri zeamă de lămîie, 1/2 baton vanilie, 3 pahare apă.

Se aleg gutui mari altoite, pentru ca dulceaţa să iasă mai albă. Se curăţă de coajă şi se rad pe răzătoare specială. Se pot tăia şi cu cuţitul, în acest caz este bine să lucreze două persoane, pentru că gutuile se înroşesc dacă stau mai mult timp tăiate.

Se pune siropul la fiert, la primele clocote se adaugă o lingură de zeamă de lămîie şi după ce s-a legat, se trage pe marginea maşinii şi se pun gutuile. După ce reîncep clocotele, se adaugă şi restul de lămîie, iar atunci cînd este gata se pune vanilia. Se încearcă şi dacă siropul stă bob, dulceaţa este suficient de legată. Se ia spuma şi se răstoarnă în alt vas. Rece, se toarnă în borcan.

Cine doreşte, poate opări firele de gutui, puse într-un tifon ; procedînd astfel, dulceaţa iese mai albă. Siropul se prepară cu apa în care au fost opărite gutuile.

1162. Dulceață de gutui bucăți

1 kg zahăr, 1 kg gutui tăiate bucăți, cîntărite după ce au fost fierte, 3 linguri zeamă de lămîie, 1/2 baton vanilie, 3 pahare apă.

Se aleg gutui mari, altoite, se spală, se curăță de coajă, se taie bucăți de forme și mărimi diferite, după dorință. La fiert, bucățile mai scad din mărimea lor. Se fierb în apă clocotită, pînă se moaie.

Se prepară siropul cu apa în care au fiert gutuile și cînd este legat, se trage vasul deoparte, se pun bucățile de gutui reci, se mai lasă pe marginea mașinii 10—15 minute și se pun din nou la fiert. Se pune zeama de lămîie și vanilia. Se încearcă și dacă este suficient de legată, se dă jos de pe foc și rece se pune în borcan.

1163. Dulceață de coarne

1 kg zahăr, 3/4—1 kg coarne, curățate de sîmburi, 3 linguri zeamă de lămîie, 1/2 baton vanilie, 3 pahare apă.

Se spală coarnele și se scot sîmburii cu un cilindru special de metal.

Se pune zahărul la fiert, la primele clocote se adaugă o lingură de zeamă de lămîie, se leagă bine, se trage vasul pe marginea mașinii, ca să se liniștească clocotele, se pun coarnele, se lasă să stea 10 minute pe marginea mașinii și apoi se continuă fierberea. Se pune restul de zeamă de lămîie, iar cînd este aproape gata, se pune vanilia. Se încearcă și cînd siropul stă bob, dulceața este legată. Se ia spuma și se răstoarnă în alt vas. Rece, se toarnă în borcan.

1164. Dulceață de mure

1 kg zahăr, 1 kg mure sau o farfurie adîncă plină cu vîrf, 1/2 baton vanilie, 3 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare apă.

Se aleg mure mari, întregi și bine coapte.

Se pune siropul la fiert, la primele clocote se adaugă o lingură de zeamă de lămîie și cînd este bine legat, se pun și murele. Se continuă fierberea, se pune restul de lămîie și vanilia. În timpul fierberii se mișcă mereu cratița. Se încearcă, și cînd siropul stă bob, dulceața este suficient de legată. Se ia spuma și se răstoarnă în alt vas. Rece, se toarnă în borcan.

Alt procedeu: se mai poate prepara, punînd fructele o dată cu zahărul.

1165. Dulceață de gogonele verzi

1 kg zahăr, 50—60 gogonele, 3 linguri zeamă de lămîie, 1 baton vanilie, 3 pahare apă, miez de nucă sau migdale.

Se aleg gogonele albicioase și se spală. Se opăresc puțin ca să li se poată curăța pielița. La capătul unde este codița, se taie un căpăcel și se scot semințele, cu grijă, să nu se strice pereții care despart interiorul. Se pune apoi miez de nucă sau migdale curățate de pieliță și tăiate felii, astfel ca să poată încăpea în despărțiturile din gogonele.

Se pune siropul la fiert, la primele clocote se pune o lingură de zeamă de lămîie și cînd este legat, se trage pe marginea mașinii, să se liniștească clocotele. Se pun gogonelele și se lasă să stea 10—15 minute pe marginea mașinii, apoi se continuă fierberea. Imediat ce reîncep clocotele, se pune restul de zeamă de lămîie, iar cînd este aproape legat, se pune și vanilia. În timpul fierberii, se mișcă încet cratița. Se încearcă și cînd siropul stă bob, este gata. Se ia spuma și după ce s-a răcit, se așază în borcan.

1166. Dulceață de păstăi

(Fasole grasă verde pentru garnituri)

1 kg zahăr, 1 kg fasole verde grasă, 1 lingură zeamă de lămîie, 1/2 baton vanilie, 3 pahare apă.

Se alege fasole lată, tînără și de un verde frumos. Se curăță de ațe și se poate desface păstaia în două părți, în lung, se spală și se fierbe în 3—4 ape clocotite pînă ce este bine fiartă. Pentru aceasta, trebuie să fie un vas cu o cantitate mare de apă clocotită pe mașină.

Se leagă zahărul, procedînd ca la celelalte dulceți. Se adaugă fasolea, se încearcă și cînd siropul stă bob, este gata.

Această dulceață se întrebuințează la decorarea diferitelor torturi, pentru frunze și cotoare.

GEMURI

Gemul este un fel de dulceață preparată cu fructe de calitatea a II a, cu zahăr mai puțin și fiert mai mult pînă scade bine.

Cantitatea de zahăr variază de la fruct la fruct și după dorință, de la 700 g pînă la 1 kg, pentru 1 kg de fructe curățate.

Se prepară astfel: fructele curățate de sîmburi și de pieliță se așază în vasul de dulceață presărate cu zahărul și se țin 7—8 ore. Vara, dacă sînt călduri mari, se țin numai 2—3 ore și apoi se așază pe baia de apă pînă la

dizolvarea zahărului. Se fierb la foc iute, se amestecă mereu ca să nu se prindă pe fundul vasului și se încearcă dacă sînt gata în modul următor: se scoate o cantitate mică pe o farfurioară și cînd s-a răcit, se trage pe mijloc o linie cu vîrful linguriței. Atunci cînd marginile nu se adună la loc, gemul este destul de legat. Se toarnă în borcane calde și se pot ține în cuptorul cald, descoperite, pînă a doua zi, ca să se formeze un fel de crustă deasupra.

1167. Gem de caise

1 kg caise fără sîmburi, 800 g — 1 kg zahăr.

Se poate prepara cu caisele curățate de pieliță sau necurățate. Se curăță de pielițe scufundîndu-le cîteva secunde în apă clocotită. Se scot, se scurg, se cojesc, se despică, se scot sîmburii, se cîntăresc și se așază în vasul de dulceață presărate cu zahăr. Se fierb la foc iute împreună cu sîmburii lor, curățați de pielițe după ce au fost opăriți.

Gemul de piersici se prepară după aceeași rețetă.

1168. Gem de prune

2 kg prune, 1/2 kg zahăr, 1/2 litru vin.

Se spală prunele, se usucă, se scot sîmburii. Se amestecă prunele cu zahărul din ajun. A doua zi, se așază în tavă, se toarnă vinul și se lasă la cuptor pînă scade. Se pune în borcan fierbinte. Se lasă să se răcească și se pune și borcanul la cuptor slab ca să prindă coajă pe deasupra.

1169. Gem asortat

1 kg din fiecare fel de fructe: prune, mere, piersici, struguri tămîioasă, 400 g zahăr pentru fiecare kg de fructe.

Se spală fructele, se scurg, se scot sîmburii, la prune, la piersici, iar perele și merele se curăță de coajă, li se scot sîmburii și miezul tare. Strugurii se trec prin sită. Se amestecă cu zahărul și se lasă pînă a doua zi cînd se fierb și se leagă.

1170. Gem de portocale

4 portocale, 1 lămîie, zahăr cît cuprind, zeama de la 2 lămîi.

Se taie portocalele și lămîia în felii rotunde și apoi în jumătate. Se cîntăresc și se adaugă de trei ori atîta apă. Se lasă să stea o zi, apoi se fierb la foc iute 20 minute. Se mai lasă 24 ore și se adaugă zeama de la două lămîi. Se cîntărește totul și se adaugă aceeași cantitate de zahăr bucăți.

Se fierb 40 de minute la foc iute. Se toarnă cald în borcane calde. Se lasă să se răcească și se leagă borcanul.

1171. Gem de portocale și lămîi

1 kg de portocale, 3 lămîi, 1,700 kg zahăr.

Se spală portocalele și lămîile și se taie în sferturi. Se taie fiecare sfert ca fideaua cu miez și coajă. Se pun fructele într-un castron, alegînd pieliţele și sîmburii. Se acoperă cu apă cam de trei degete, se socoteşte pentru o portocală cam două pahare de apă. Se lasă cu apa 24 ore. Se pun la fiert la foc moale, acoperite, și se fierb 3—4 ore. Se răcoresc cam două ore, apoi se pune zahărul tos. Se lasă cu zahărul 12 ore și se leagă pe foc nu prea iute. Nu se leagă prea tare, se ia zemos, căci se mai leagă în urmă.

1172. Gem asortat de portocale, lămîi și grepfrut

2 portocale, 3 lămîi, 1 grepfrut, 3 kg zahăr.

Portocalele, lămîile și grepul se trec prin răzătoare de gutui sau se taie fire subţiri cu miez cu tot, cu grija să nu se risipească nimic. Se pun într-un vas de sticlă sau smălţuit (însă perfect nou), se toarnă 10 pahare de apă și se lasă pînă a doua zi.

Se fierb 15 minute din momentul cînd a început să clocotească, apoi se trag de o parte să se mai răcorească și se adaugă 3 kg de zahăr. Se lasă să se dizolve bine zahărul, amestecînd uşor și se dă la rece încă 24 ore.

Se împarte compoziţia în două cratiţe curate și se fierbe tot 15 minute ca și prima oară. La începutul fierberii, se adaugă zeama de la o jumătate de lămîie și cu 5 minute înainte de a se termina, încă o jumătate.

Se lasă să se răcească descoperit, apoi se toarnă în borcane. Nu se fierbe într-un singur vas, deoarece fiind o cantitate mare, își schimbă culoarea și nu iese alb.

1173. Compot-dulceaţă de prune

1 kg prune vinete de toamnă, 1/2 kg zahăr, 1/4 pahar apă.

Se spală prunele, se scurg, se crestează în 3—4 locuri cu cuţitul. Se prepară un sirop bine legat și se adaugă prunele. Se lasă să se lege bine. Se pune în borcan și se dă la rece.

Jeleurile se prepară numai din fructele care conțin pectină, o substanță care se întărește la rece, după ce s-au fiert fructele.

Fructele cele mai bogate în pectină sînt gutuile, merele și coacăzele. Jeleurile de fructe care nu conțin această substanță sau o conțin în cantitate mai mică, se prepară cu foi de gelatină muită în apă călduță.

1174. Jeleu de gutui

1 kg zeamă de gutui, 1 kg zahăr.

Se taie gutuile, se scot sîmburii și mijlocul tare. Se pun într-un tifon și se fierb în apă cît să le cuprindă. După ce s-au muiat, se scot și se lasă pe o sită ca să se scurgă. Se cîntărește zeama și se adaugă aceeași cantitate de zahăr. Se mai lasă să fiarbă 10 minute. Se ia spuma și se toarnă zeama în cești. Din restul de gutui se prepară pasta de gutui (se trec prin sită și se fierb cu aceeași cantitate de zahăr pînă ce scad bine).

1175. Jeleu de mere

1 kg zeamă de mere, 1 kg zahăr, 1 lămîie.

Se prepară la fel ca jeleul de gutui. Se parfumează cu coajă de lămîie sau de portocale și se mai adaugă zeamă de lămîie sau de portocală. Se socotește o lămîie sau o portocală la 1 kg de mere.

1176. Jeleu de coacăze

1 kg zeamă de coacăze, 1 kg zahăr.

Se fierb coacăzele cam 10 minute cu apă cît să le cuprindă, amestecînd mereu. După ce le plesnește pielița, se mai fierb numai puțin. Se strecoară printr-un tifon sau prin sita de păr, fără să se preseze, ca să iasă zeama limpede. Se cîntărește zeama și se adaugă aceeași cantitate de zahăr. Se fierbe la foc domol, amestecînd, ca să se uniformizeze căldura. Din momentul cînd încep să clocotească, se mai lasă 3 minute în care timp se ia mereu spuma. Se toarnă în cești.

1177. Jeleu de portocale

5—6 portocale, 400 g zahăr, 1/2 litru apă, 10—12 foi de gelatină.

Se fierbe un sirop de 400 g zahăr cu 1/2 litru de apă sau vin alb. Se adaugă zeama de la 5—6 portocale și coaja

de la o portocală precum și 10—12 foi de gelatină muiată. Se mai lasă la foc, fără să clocotească încă 5 minute. Se strecoară printr-un tifon. Se așază în formă un strat de jeleu, se lasă să se închege la rece, apoi se așază felii de portocală și iar jeleu și se dă la rece. Forma se răstoarnă învelind-o cu o cîrpă muiată în apă fierbinte.

1178. Jeleu de fragi, zmeură sau căpșuni

500 g zahăr, 1 litru apă, 1 kg fructe, 9 foi de gelatină, 1 lămîie.

Din 500 g zahăr se prepară un sirop cu 1 litru de apă, potrivit de legat. Se trage pe marginea mașinii și se adaugă fructele. Se lasă două ore acoperit, fără să fiarbă. Se strecoară, se amestecă cu 9 foi de gelatină muiată și cu zeamă de lămîie. Se strecoară și se toarnă în cești.

ȘERBETURI

Reguli de observat

Se vor citi regulile de la prepararea dulceților.

Fierberea șerbetului : Se fierbe totdeauna la foc foarte iute și cu vasul acoperit. Dacă se fierbe la foc moale, se arde zahărul și șerbetul se face coardă ; dacă se fierbe descoperit, siropul se zahariește pe margini.

Zeama de lămîie : Se adaugă numai după ce siropul este aproape legat, adică atunci cînd face bășici, iar încercat în apă rece se adună ca o bomboană moale. După ce s-a pus zeama de lămîie, trebuie să mai dea cîteva clocote. Nu trebuie să fiarbă prea mult cu lămîia căci se face coardă, iar dacă nu fierbe deloc cu lămîie, se zahariește. Zeama de lămîie se adaugă numai la șerbeturile care se prepară fără zeamă de fructe.

Legarea siropului : Siropul se încearcă dacă este legat astfel : cînd începe să facă bășici (nasturi) și se îngroașă, înseamnă că este aproape legat și trebuie încercat, pentru ca să nu se treacă din legat. Se trage cratița la o parte, se ia cu linguriță puțin sirop și se toarnă într-o farfurie mare sau într-o ceșcuță cu apă rece. Se apucă siropul între degete și dacă se strînge și se formează ca o bomboană moale, este gata. Dacă nu se strînge, se pune din nou la fiert și se mai repetă încercarea pînă ce siropul este suficient de legat. În timpul cît se încearcă siropul, se trage cratița din fiert, ca să nu se lege prea tare între timp.

Cum se freacă șerbetul : Șerbetul legat se ia de pe foc și se lasă să se răcească, apoi se freacă cu un făcăleț de lemn, pînă ce se taie, adică își schimbă culoarea, devine mat, fără luciu și gros.

Să nu se ia la frecat prea rece, căci se taie greu. Dacă se freacă prea fierbinte, se zahariește. Unele șerbeturi ca : lămîie, portocală, vanilie, alune, fisticuri, nuci, migdale se iau la frecat după ce s-au răcit, fără însă să fie complet reci. Cratița în care a fiert șerbetul să aibă temperatura corpului în momentul cînd se atinge cu palma fundul ei : să nu se simtă nici mai cald, nici mai rece decît mîna. Numai șerbetul de fructe cu zeamă

acră se freacă fierbinte. După ce s-a legat, se dă cratița jos de pe mașină, se lasă cam 15—20 minute, după temperatura de afară, și se ia la frecat. După ce și-a schimbat culoarea și și-a pierdut luciul este gata, altfel se întărește și se face cocoloașe. Dacă se întîmplă totuși să se întărească în timpul frecatului, se frămîntă imediat cu mîna udă, pînă ce își revine. La nevoie se poate stropi cu puțină zeamă de lămîie.

Se poate stropi cu apă sau cu zeamă de lămîie și în timp cît se freacă, dacă se observă un început de întărire.

Pe o masă de marmură sau pe o bucată de marmură, șerbetul se freacă mai ușor, deoarece nu mai e nevoie de a doua persoană, care să ajute. Se răstoarnă siropul încă fierbinte pe marmoră, se lasă să se răcească și se începe să se frece cu făcălețul, strîngînd mereu marginile spre mijloc cu un cuțit curat. Se freacă astfel pînă ce se taie coarda.

Dacă șerbetul se face coardă, se încearcă a se drege în modul următor : se pune din nou la fiert cu un pahar de apă, se dă cîteva clocote, se ia la frecat fierbinte, adăugînd 4 linguri de șerbet bun și cînd este aproape să se taie, se stropește cu zeamă de lămîie.

Ca să fie mai alifios, în momentul cînd începe să se taie, se adaugă două linguriță de apă clocotită și se continuă cu frecarea pînă ce se taie complet.

1179. Șerbet de zahăr ars

1 kg zahăr, 3 pahare apă, 50 g alune prăjite sau nuci, 1/2 baton vanilie.

Dintr-un kilogram de zahăr se opresc cam 150 g (6 linguri pline) pentru ars, iar restul de 850 g se pune să se dizolve cu 3 pahare de apă. După ce zahărul s-a dizolvat, se pune să fiarbă la foc iute și cînd siropul este aproape legat, se adaugă zahărul ars.

Zahărul se arde astfel : zahărul oprit, tos sau pisat, se pune la ars într-o tigaie. Zahărul rumenit, cînd începe să facă spumă, este destul de ars și se toarnă în siropul de șerbet. Este bine ca zahărul ars să se pună la urmă, căci fierbe mai ușor ; dacă este pus de la început, tot timpul fierberii siropul se umflă și nu se poate ține cratița la foc iute, iar la frecat se taie mai greu.

Se încearcă și dacă este legat, se dă cratița jos de pe foc, se lasă să se răcească și apoi se freacă și se pune în borcan.

Observații : Vanilia trebuie pusă la fiert, cu puțin înainte de a fi gata siropul. La frecat se scoate vanilia.

În șerbetul frecat gata, se mai pot pune alune prăjite și pisate sau nuci date prin mașina de rîșnit nuci. Alunele pisate sînt mai gustoase. Pentru ca să nu se simtă alunele sau nucile, ci numai gustul se trec prin sită după ce au fost date prin mașină.

1180. Şerbet de portocale

1 kg zahăr, 3 portocale, 1 lămîie, 3 pahare apă.

Se rad portocalele într-o farfurie. Se stoarce zeama de la amîndouă portocalele, se pune la foc să dea un clocot şi aşa fierbinte se toarnă peste coaja de portocală, se acoperă şi se lasă deoparte.

Se leagă zahărul şi cînd este aproape legat, se adaugă o lingură de zeamă de lămîie. Se leagă complet şi se lasă să se răcească, se freacă şi cînd este aproape să se taie, se stoarce printr-un tifon zeama de portocală peste şerbet şi se freacă mai departe pînă ce se taie.

1181. Şerbet de lămîie

1 kg zahăr, 3 pahare apă, 2 lămîi.

Se prepară la fel ca şerbetul de portocale, adăugîndu-se zeama de lămîie, o parte cînd siropul este legat şi o parte cînd este aproape să se taie.

1182. Şerbet de ciocolată

1 kg zahăr, 150—200 g ciocolată, 3 pahare apă, 1 lingură zeamă de lămîie.

Se pune zahărul să se dizolve şi apoi se fierbe la foc iute. În acest timp se rade ciocolata sau se moaie cu puţină apă fierbinte, pentru ca să se dizolve cît mai bine şi se pune în şerbetul pe jumătate fiert o dată cu o lingură de zeamă de lămîie. Se continuă fierberea pînă cînd este legat, cu grijă să nu se umfle şi să dea în foc. Dacă se întîmplă să se umfle, se poate vîntura cu lingura. Se încearcă în apă rece şi dacă este gata, se dă jos de pe foc, se lasă să se răcească. Se freacă şi se pune în borcan.

1183. Şerbet de cacao

1 kg zahăr, 3 pahare apă, 1 lingură zeamă de lămîie, 100 g cacao.

Se prepară la fel ca şerbetul de ciocolată.

1184. Şerbet de cafea

1 kg zahăr, 3 pahare lichid, 1 lingură zeamă de lămîie, 100 g cafea naturală, 25 g frankcafea.

Cine doreşte ca şerbetul să aibă gustul mai pronunţat de cafea va pune o cantitate mai mare de cafea naturală.

Cafeaua amestecată cu frankcafea su cicoare se fierbe acoperit cu trei pahare de apă. După ce rămîne cam un pahar, se dă la o parte de pe foc și se adaugă o lingură de apă rece, ca să se limpezească. După ce s-a răcit, se strecoară ușor, fără să se tulbure, printr-o cîrpă subțire și udă.

Se dizolvă zahărul în două pahare cu apă, apoi se pune să fiarbă la foc iute, iar cînd este pe jumătate fiert, se adaugă paharul de esență și cînd este aproape gata, se pune și o lingură zeamă de lămîie. Se încearcă și dacă este gata se dă jos de pe foc, se lasă să se răcească, se freacă și se pune în borcan.

1185. Șerbet de vanilie

1 kg zahăr, 3 pahare apă, 1 baton vanilie, 2 linguri zeamă de lămîie.

Se dizolvă zahărul, apoi se fierbe acoperit la foc iute și cînd este aproape gata legat, se pune batonul de vanilie despicat și o lingură de zeamă de lămîie. Se încearcă și dacă este gata, se ia de pe foc, se lasă să se răcească și apoi se freacă. Cînd este gata se mai adaugă o lingură de zeamă de lămîie, se mai freacă și se pune la borcan.

1186. Șerbet de coajă de migdale

150—200 g coji de migdale, 1 kg zahăr, 3 pahare zeamă de coji de migdale, 1 lingură zeamă de lămîie.

Se pun la fiert cojile de migdale cu 1 1/2 litru apă rece și se fierb pînă ce zeama scade la jumătate. Se strecoară, se amestecă cu zahărul, se lasă să se dizolve, apoi se fierbe la foc iute. Cînd este aproape legat, se adaugă o lingură de zeamă de lămîie și se continuă fierberea; se încearcă și cînd s-a legat bine se ia de pe foc. Se freacă rece și după gust se mai pot adăuga migdale rumenite și măcinate. Se așază în borcan.

1187. Șerbet de alune

1 kg zahăr, 3 pahare apă, 2 linguri zeamă de lămîie, 150 g alune prăjite, 1/2 baton vanilie.

În timp ce zahărul se dizolvă în apă, se pun alunele la prăjit, să se rumenească puțin, căci sînt mai gustoase. După ce s-au prăjit, se pisează sau se dau prin mașina de nuci.

Zahărul dizolvat se pune la foc iute și cînd este aproape gata, se adaugă o lingură de zeamă de lămîie și vanilie. Se încearcă și dacă este legat, se ia de pe foc. Rece, se freacă

ca orice şerbet şi după ce s-a tăiat, se mai pune zeamă de lămîie după gust şi alunele prăjite şi date prin maşină. Vanilia se scoate din sirop înainte de a se freca şerbetul. Se pune în borcan, după ce s-au amestecat bine în şerbet alunele.

1188. Şerbet de fisticuri

1 kg zahăr, 100—150 g fisticuri curăţate, 3 pahare apă, 2 linguri zeamă de lămîie, 2 linguri apă de flori. Cine doreşte poate pune şi puţină esenţă vegetală verde.

Se prepară la fel ca şerbetul de alune. Fisticurile trebuie pisate mărunt de tot sau date prin maşina de nuci şi apoi prin sita de mălai.

1189. Şerbet de flori de salcîm

1 kg zahăr, 1 kg floare de salcîm (numai floarea cea albă), 1—2 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare zeamă de flori de salcîm.

Se pune floarea de salcîm în apă cît s-o acopere şi se fierbe pînă ce rămîn trei pahare de lichid. Se strecoară printr-un tifon, se lasă să se limpezească, se strecoară din nou şi se pune cu zahărul la dizolvat, apoi la foc iute să fiarbă, iar cînd este aproape gata, se pune o lingură de zeamă de lămîie şi se continuă fierberea. Se încearcă şi dacă este gata se ia de pe foc; se lasă să se răcească, apoi se freacă. După ce s-a tăiat, se mai poate adăuga zeamă de lămîie, după gust.

1190. Şerbet de floare de tei

1 kg zahăr, 1/4 kg floare de tei, 1—2 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare zeamă de flori.

Se alege floarea de tei de codiţe şi de verdeaţă şi se pune la fiert cu un litru de apă clocotită. Se lasă să fiarbă pînă se reduce la 3/4 litru de apă şi apoi se strecoară.

Se pune zahărul să se dizolve în această zeamă şi se procedează la fel ca la şerbetul de salcîm.

1191. Şerbet de chitră

1 kg zahăr, 3 pahare zeamă de chitră, 1 lingură apă de flori, 1 lingură zeamă de lămîie, 1 lingură esenţă obţinută din coaja rasă de la chitră.

Se rade coaja galbenă de la chitră, se stoarce printr-un tifon şi se lasă să se limpezească. Apoi din zeama în care a fiert chitra pentru dulceaţă, se iau trei pahare în care se

dizolvă zahărul. Se fierbe siropul la foc iute; cînd este aproape legat, se pune o lingură de zeamă de lămîie, se continuă fierberea, se încearcă și dacă este gata, se ia de pe foc, se freacă rece. Cînd s-a tăiat, se pune o linguriță din esența stoarsă din coaja de chitră rasă și o lingură de apă de flori. Se amestecă bine și se pune în borcan.

1192. Șerbet de trandafiri

1 kg zahăr, 300 g foi de trandafir fierte într-un kilogram de apă clocotită, 2 linguri zeamă de lămîie.

Se pun foile de trandafir să fiarbă acoperit cu un litru de apă clocotită. După ce au fiert bine, pînă ce se sfărîmă și zeama s-a redus la jumătate, se răstoarnă într-un castron și se lasă să se răcească acoperit. Se strecoară și se storc bine foile printr-un tifon. Zeama obținută se pune la foc și cînd este fierbinte, se adaugă zahărul și se fierbe la foc iute. Cînd este aproape legat, se iau într-o ceșcuță două linguri de sirop în care se pune ca un degetar mic sare de lămîie pisată și se lasă să se dizolve. În acest timp se fierbe șerbetul pînă se leagă complet, se ia de pe foc și se lasă să se răcească puțin. Se ia la frecat fierbinte și cînd este aproape tăiat se adaugă siropul cu sarea de lămîie, potrivindu-se de acru, după gust.

1193. Șerbet de căpșuni

1 kg zahăr, 1 kg căpșuni.

Se aleg numai căpșunile roșii. Se curăță, se pun la fiert cu o jumătate de pahar de apă. Se dau cîteva clocote și se strecoară printr-un tifon, fără să se stoarcă. Se leagă zahărul cu un pahar de apă și cînd este legat, se adaugă un pahar cu zeama de căpșuni obținută. Se fierbe pînă ce se leagă, din nou, ca la orice șerbet, se lasă puțin să se răcorească și se ia la frecat încă fierbinte.

1194. Șerbet de zmeură sau fragi

Se prepară la fel ca șerbetul de căpșuni. Zeama se poate obține strecurîndu-se zmeura prin tifon, fără a se mai fierbe.

La fel se prepară șerbetul de fragi.

1195. Șerbet de vișine

1 kg zahăr, 1 kg vișine, 1 pahar lapte de sîmburi.

Se fierb vișinele cu foarte puțină apă, după ce li s-au scos sîmburii. Se strecoară prin tifon. Se pisează sîmburii cu coajă cu tot, se toarnă peste ei un pahar cu apă clocotită,

puțin cîte puțin, obținînd astfel un lapte de sîmburi. Se strecoară laptele de sîmburi.

Se pune la fiert zahărul cu un pahar de lapte de sîmburi. Se fierbe pînă ce se leagă. apoi se adaugă zeama de vișine. Se fierbe din nou la foc iute pînă ce se leagă, se lasă să se răcorească și se ia la frecat fierbinte.

1196. Șerbet de coarne

1 kg zahăr, 1 kg coarne, 3 pahare apă, 1/2 baton vanilie.

Se fierb coarnele cu două pahare de apă pînă ce se reduce lichidul la jumătate.

Se leagă zahărul cu un pahar de apă și cînd este bine legat, se adaugă un pahar zeamă de coarne, bine limpezită. Se fierbe pînă ce se leagă șerbetul și cînd este aproape legat, se adaugă vanilia. Se lasă să se răcorească și se freacă fierbinte.

1197. Șerbet de caise

1 kg zahăr, 1 kg caise sau coji rămase de la dulceață, 1 linguriță zeamă de lămîie, 1/2 baton vanilie, 1 pahar lapte de sîmburi.

Se fierb cojile cu apă cît le cuprinde. Se strecoară lăsîndu-le să se scurgă ca să se poată obține o zeamă limpede. Se sparg sîmburii, se pisează miezul (de preferat sîmburi de zarzăre fiindcă sînt mai aromați), se opăresc cu apă clocotită, care se toarnă puțin cîte puțin ; se amestecă bine și se strecoară.

Se leagă zahărul cu un pahar de lapte de sîmburi și cînd este legat se adaugă zeama de caise, bine limpezită. Se continuă fierberea ca la toate celelalte șerbeturi de fructe. La frecat, se pot adăuga sîmburi de caise fierți, curățați și pisați.

1198. Șerbet de piersici

Se prepară la fel ca șerbetul de caise.

1199. Șerbet de coajă uscată de nuci

1 kg zahăr, coaja uscată de la 150 de nuci, 4 litri apă, miez de nucă.

Coaja uscată de la 150 de nuci se fierbe cu patru litri de apă pînă ce rămîn numai trei pahare de zeamă.

Se dizolvă zahărul în această zeamă și se leagă ca orice șerbet adăugîndu-se miezul de nucă pisată cînd a început să se taie la frecat.

Nu se pune nici lămîie, nici vanilie.

1200. Şerbet de cireşe amare

1 kg zahăr, 1 pahar zeamă de cireşe, 1/2 baton vanilie.

Cireşele amare, bine coapte, se spală, se strivesc cu sîmburi cu tot, se pun într-un vas nou şi se lasă să stea cam 12 ore. Această operaţie se face de preferat spre seară şi se lasă cireşele pînă a doua zi. Se storc şi zeama se strecoară printr-un tifon; se lasă să se limpezească şi se strecoară din nou prin tifon foarte des.

Se pune un pahar de zeamă de cireşe peste zahăr să se dizolve, apoi se fierbe la foc foarte iute, şi cînd s-a legat, se ia de pe foc, se lasă să stea puţin şi se freacă fierbinte. Cine doreşte, adaugă sîmburi de zarzăre fierţi, curăţaţi şi pisaţi, în timp ce se freacă.

1201. Şerbet de lapte

1 kg zahăr, 3 pahare lapte, 1 vîrf de cuţit de bicarbonat.

Se dizolvă zahărul în lapte, se adaugă bicarbonatul şi se fierbe la foc potrivit. Se încearcă şi cînd este gata, se freacă la fel ca şi celelalte şerbeturi.

Observaţie: Acest şerbet se fierbe într-un vas mai mare, fiindcă laptele se umflă şi se poate să dea în foc. De asemenea trebuie o atenţie deosebită să nu se prindă de fundul vasului, de aceea se amestecă mereu pe fundul vasului.

PELTELE

Reguli de observat

Peltelele se prepară în cantitate mică.

Se păstrează aceeaşi curăţenie perfectă a tuturor vaselor ca şi la dulceţi.

La peltelele făcute din fructe care nu conţin pectină, trebuie neapărat să se adauge zeamă din fructele care conţin această substanţă, cum sînt merele creţeşti, coacăzele.

Pectina se găseşte mai ales în coaja fructelor, de aceea peltelele sau jeleurile se prepară ori de cîte ori rămîn coji sau zeamă de fructe, fie de la dulceaţă, fie de la marmeladă, la care dacă este nevoie se mai adaugă şi fructe.

Cine doreşte să obţină o culoare rubinie mai închisă, pune pelteaua la fiert la foc potrivit, iar pentru o culoare mai deschisă la foc iute.

Fructele se fierb bine, însă cu grijă ca să nu se zdrobească, la foc potrivit, ca să nu se tulbure lichidul; cu cît zeama obţinută este mai limpede, cu atît peltelele sînt mai reuşite.

Merele făinoase și orice fruct făinos, trebuie evitat, deoarece se sfărîmă la fiert și tulbură zeama.

Fructele astfel fierte se strecoară printr-un tifon sau o cîrpă subțire în care se lasă pînă a doua zi să se scurgă încet și bine.

Fructele rămase de la peltele se întrebuințează la prepararea marmeladelor.

Legarea peltelelor

Zahărul se dizolvă în zeama obținută prin strecurarea fructelor fierte și se pune la foc iute să fiarbă ; cînd începe să facă băşicuțe, se încearcă în modul următor : se scoate o linguriță de peltea fierbinte pe o farfurioară și se lasă să se răcească ; se trage o dîră la mijloc cu linguriţa și cînd dîra nu se astupă imediat, pelteaua este gata. Se mai poate încerca și atsfel : cînd zeama prinde pe deasupra o pojghiță și luată între degete se lipește ca la piftie, înseamnă că pelteaua este gata.

Se ia spuma ca la dulceață și se toarnă așa fierbinte în borcane și nu se acoperă decît cînd s-a răcit.

1202. Peltea de gutui

$1\frac{1}{2}$ kg gutui galbene, $\frac{1}{2}$ kg mere, apă cît să le acopere.

Gutuile bine coapte și nepătate se șterg de puf cu o cîrpă și se taie bucăți potrivite cu coajă cu tot ; se adaugă merele sau coajă de mere în cantitate mai mare.

Se fierb trei ore la foc potrivit, acoperite ; cînd fructele sînt fierte destul, se strecoară. Dacă este nevoie, se poate lăsa zeama o jumătate de oră să se limpezească și se strecoară din nou.

La un litru din această zeamă se adaugă 1 kg de zahăr și se lasă să se dizolve, apoi se pune la foc iute să se lege ; cînd este legată și spumuită, se toarnă în borcan.

1203. Peltea de coacăze

$1\frac{1}{2}$ kg coacăze, 1 kg zahăr.

Zeama pentru peltea se obține prin presarea fructelor sau prin fierberea lor. Cel mai bun mijloc este însă prin fierbere.

Se fierb fructele timp de 20 minute cu apă cît să le cuprindă, la foc iute. Se strecoară printr-o sită deasă de păr deasupra unui castron curat, apăsînd puțin cu o linguriță curată. Nu se apasă prea tare, ca să nu se tulbure zeama. Se lasă să se limpezească, se strecoară din nou prin vată sau prin cîrpă deasă și se toarnă în cratiță peste zahăr.

Se pune 1 kg de zahăr la 1 litru de zeamă. După ce s-a dizolvat zahărul, se pune la foc iute să se lege. Se încearcă

și dacă este gata, se dă jos, se spumuiește și se toarnă fierbinte în borcan. După ce s-a răcit se leagă borcanul și se păstrează la rece.

1204. Peltea de agrișe

1 kg agrișe, 1/4 kg coacăze, 1 kg zahăr.

Se prepară la fel ca pelteaua de coacăze.

La 1 kg agrișe se adaugă 1/4 kg coacăze albe.

1205. Peltea de zmeură și căpșuni

1 1/2 kg zmeură, 1 kg zahăr.

Zeama se obține numai prin presare. Se sfărîmă cu mîna, se strecoară printr-un tifon presîndu-se, se limpezește zeama și se procedează ca la pelteaua de coacăze.

La fel se prepară pelteaua de căpșuni.

1206. Peltea de mere

1 kg mere, 800 g zahăr, 1 litru apă.

Această peltea se prepară la fel ca pelteaua de gutui. Dacă merele sînt mai dulci, se micșorează cantitatea de zahăr pînă la 800 g la un litru de zeamă, obținută de la fiert. Se adaugă zeama de la o lămîie, după ce s-a dizolvat zahărul și înainte de a se pune la legat.

1207. Peltea de mure

1 1/2 kg mure, 1 kg zahăr.

Se prepară la fel ca pelteaua de coacăze, obținîndu-se zeama prin fierberea fructelor timp de jumătate de oră.

1208. Peltea de corcodușe

1 1/2 kg corcodușe, 1 kg zahăr.

Corcodușele se fierb cu apă cît să le cuprindă, deoarece ele conțin foarte multă apă. Se fierb cam 3/4 oră. Se strecoară și se procedează la fel ca la pelteaua de coacăze.

Se poate prepara și din corcodușe albe, dar cea mai frumoasă și mai gustoasă este pelteaua din corcodușe roșii

1209. Peltea de caise

1 kg caise, 1 kg zahăr, 1 pahar cu apă.

Se prepară o dată cu dulceața, folosindu-se caisele mai crude ce nu se pun la dulceață. Se procedează la fel ca la celelalte peltele. Din fructele rămase se prepară marmeladă

1210. Peltea de coarne

1 kg coarne, 1 kg zahăr, 1 litru apă.

Se fierbe 1 kg de coarne cu un litru de apă și se prepară la fel ca pelteua de coacăze.

1211. Peltea din coji de mere, gutui etc.

Se pun cojile la foc cu apă cît să le cuprindă și cînd sînt fierte și apa a scăzut la jumătate se iau de pe foc și se lasă pînă a doua zi ; se strecoară lichidul prin pînză deasă, fără să se stoarcă cojile și la un litru de lichid se adaugă un kg de zahăr. Se fierbe la foc iute. Se cunoaște că este gata încercînd astfel : se pune o lingură de peltea într-o farfurioară să se răcească, iar cu o linguriță se trage o dîră prin mijloc, cînd dîra nu se astupă imediat pelteaua este gata. Se pune în borcane și se leagă cu hîrtie pergament.

LICHIORURI

1212. Vișinată

Vișinele cele mai coapte se pun într-o sticlă și se presară zahăr cam 500—600 g la 1 kg de vișine. Se poate pune și în cantități egale. A doua zi se adaugă $^1/_2$ litru de alcool, cîțiva sîmburi de vișine zdrobiți și un baton de vanilie.

Cînd sticla este plină se leagă cu hîrtie pergament și se ține la soare cîteva luni scuturînd din cînd în cînd sticla. Toamna se filtrează lichidul și se păstrează în sticle înfundate. Se servește de cîte ori este nevoie, diluîndu-se cu sirop după gust.

1213. Zmeurată, caisadă

Se prepară la fel ca vișinata.

1214. Lichior de portocale

1 litru alcool, 1 litru lapte, 1 kg zahăr, 4 portocale, 1 lămîie, 1 baton vanilie, zeama de la o lămîie.

Se pune alcoolul într-un borcan, laptele, zahărul, vanilia, zeama de la o lămîie și o portocală. Restul de portocale și de lămîie se taie în bucățele cît mai mici, cu coajă cu tot.

Se leagă borcanul și se ține 15—20 de zile, clătinînd borcanul sau chiar amestecînd mereu cu lingura. După

aceste 15—20 de zile, se strecoară prin hîrtie de filtru. Această filtrare se face foarte încet, fiindcă lichiorul trebuie să iasă limpede. Din cînd în cînd se schimbă hîrtia de filtru. Lichiorul filtrat se păstrează în sticle.

1215. Lichior de cafea

1/2 kg zahăr, 1/4 kg cafea, 1/2 litru alcool.

Cafea prăjită, măcinată proaspăt, se amestecă cu alcoolul într-o sticlă, lăsîndu-se să stea 15 zile. Se adaugă apoi un sirop preparat din jumătate de kg zahăr, potrivit legat, şi se mai lasă să stea 15—20 de zile, apoi se filtrează şi se pune la sticle.

La fel se prepară şi lichiorul de cacao.

1216. Lichior de bere

1 sticlă bere neagră, 200 g zahăr, jumătate baton vanilie, 1 3/4 pahar alcool.

Se fierbe berea cu zahărul şi vanilia 5 minute şi rece se adaugă alcoolul şi se pune la sticle.

1217. Lichior de vin negru

1 litru vin bun, 8—10 nuci verzi, 1/4 kg alcool, 1/4 kg zahăr.

Se pune alcoolul cu vinul şi nucile să macereze timp de 40 de zile, mişcînd în fiecare zi borcanul. Se adaugă zahărul şi se lasă două săptămîni. Se filtrează, se pune în sticle de 1/2 litru, se înfundă cu dopuri, se smolesc şi se ţin în nisip, acoperite complet timp de şase luni.

1218. Lichior de izmă

Se ţine izma în alcool la soare timp de 3—4 săptămîni. Se strecoară şi se amestecă cu un sirop preparat din 500—600 g zahăr şi 2 pahare mari de apă. Se potriveşte tăria cu alcool după plac. Se pune la sticle, se înfundă şi se păstrează la cămară.

1219. Lichior de nuci verzi

1/2 kg zahăr, 1 litru ţuică tare, 100 g nuci verzi, 1—2 cuişoare anason, scorţişoară, după gust.

Ţuica şi nucile verzi tăiate bucăţi mici se pun într-o sticlă, se leagă cu hîrtie pergament şi se lasă la soare timp de 20 zile. Se adaugă apoi puţine cuişoare, anason şi

scorţişoară şi se mai ţin la soare, pînă tîrziu spre toamnă, bine şi amestecînd mereu conţinutul din sticlă. Se adaugă apoi un sirop de zahăr rece, făcut din 1/2 kg zahăr şi două pahare mari de apă. Se strecoară, se pune în sticle, astupate bine şi se păstrează la rece.

1220. Lichior amestecat

Se prepară ca şi vişinata, adăugîndu-se fructele pe măsură ce se coc din toate soiurile ce voim să amestecăm. vişine, caise, zmeură, fragi etc. în acelaşi borcan.

CONSERVAREA ALIMENTELOR

Reguli de observat

Factorii principali care contribuie la alterarea alimentelor sînt : aerul, căldura şi umezeala.

Principiul conservării se bazează deci pe izolarea alimentelor de contactul cu aceşti factori.

Sînt diferite moduri de conservare : sterilizare, uscare, fermentare şi în stare naturală.

Sterilizarea. Distrugerea microorganismelor, care provoacă alterarea, şi izolarea alimentelor de contactul cu aerul prin sterilizare se obţine prin fierberea alimentelor în vase închise ermetic (baie de abur). Prin sterilizare se pot conserva atît fructele, zarzavaturile, legumele, cît şi carnea.

Uscarea. Principiul conservării prin uscare se bazează pe îndepărtarea umezelii din alimente, care constituie un mediu prielnic dezvoltării microorganismelor. Se pot conserva prin uscare atît fructele cît şi legumele şi zarzavaturile.

Fermentarea. Este una din metodele de conservare a unor alimente ca varza, murăturile. În urma unor procese biochimice se dezvoltă acidul lactic, un bun dezinfectant al organismului.

Conservarea în stare naturală. Cartofii, ceapa, zarzavatul se păstrează pentru iarnă în stare naturală.

Oricare ar fi metoda de conservare, scopul principal este nu numai de a păstra alimentele pe timp îndelungat, dar mai ales de a folosi metode raţionale moderne, pentru ca alimentele conservate să-şi păstreze cît mai mult valoarea lor alimentară.

Nu este suficient să ferim alimentele de alterare, trebuie să ştim să reducem la minimum pierderile substanţelor hrănitoare pe care le conţin alimentele.

Conservarea prin sterilizare

La conservarea alimentelor prin sterilizare trebuie să se dea multă atenţie la următoarele :

1. Curăţenia desăvîrşită a tuturor vaselor şi uneltelor cu care se lucrează.

2. Alegerea, procurarea şi prelucrarea alimentelor.

Acestea sînt primele condiţii de care trebuie să se ţină seama. Legumele şi fructele pentru conserve trebuie să fie cît mai proaspete, tinere, nelovite şi nebrumate. Ele încep să-şi piardă vitaminele din momentul de cînd au fost culese, deci, dacă ar fi posibil, alimentele pentru conserve ar trebui să se procure direct de la grădină.

Operaţiile necesare pentru conservarea alimentelor

Pentru ca alimentele să nu-şi piardă din vitamine, operaţiile necesare trebuie executate cu rost şi repeziciune şi se încep imediat ce alimentele au fost culese sau procurate din comerţ. Niciodată nu se ţin alimentele de azi pe mîine (v. Vitaminele, p. 6).

Vasele în care se lucrează (oale, cratiţe, cazane, borcane, sticle etc.) se pregătesc şi se spală totdeauna din ajun. Se aleg borcane groase, de bună calitate, cu gîtul mai îngust. Se va observa ca marginea gîtului să fie puţin răsfrîntă sau să aibă o adîncitură care să permită legarea borcanului cu sfoară. Gura borcanului trebuie să fie netedă şi bine şlefuită, să nu prezinte nici cea mai mică ştirbitură.

Spălarea legumelor. Legumele se spală repede, înainte de a fi curăţate. Rădăcinoasele se spală frecîndu-le cu o cîrpă groasă. Nu se ţin în apă după ce au fost curăţate, ci se întrebuinţează imediat.

Alegerea pe categorii sau sortarea. După ce au fost spălate, legumele sau fructele se aleg, înlăturîndu-se cele care sînt lovite sau atacate, iar cele bune se împart pe categorii : mari şi mici. Fructele pentru dulceaţă trebuie să fie coapte, iar pentru compoturi numai potrivit de coapte şi ceva mai tari.

Tăiatul legumelor. Se face, ca şi celelalte operaţii, cît mai repede, spre a nu lăsa alimentele mult timp în contact cu aerul, care le oxidează,

Opărirea legumelor. Înainte de a fi puse în borcane, legumele se opăresc pentru a distruge anumite microorganisme care se găsesc pe suprafaţa lor şi care, dacă n-ar fi distrus, ar dezvolta diferiţi fermenţi provocînd fermentarea alimentelor pregătite spre a fi conservate.

Legumele mai tari, ca fasolea verde, se opăresc fierbîndu-le numai pe jumătate ; altele, cum ar fi conopida, numai se opăresc, deci durata opăririi nu este aceeaşi pentru toate legumele şi fructele şi se indică separat la fiecare reţetă în parte.

Principalul este ca leguma să nu se aşeze în borcane spălată numai cu apă rece, ci totdeauna trecută prin apă clocotită.

Opărirea se face în apă puţin sărată şi în cantitate mică. Legumele se pun pe rînd în această apă clocotită, cîte puţine, fără să se mai schimbe apa, adică se opăresc toate în aceeaşi apă. Se poate socoti cantitatea de apă, astfel încît să nu se arunce nimic după opărire, ci se întrebuinţează toată la umplerea borcanelor cu lichid suficient.

Unele legume, cum este conopida, se pot uşor opări prin fierbere în abur (v. Vitaminele, p. 6). Ideal ar fi ca toate legumele să fie opărite în abur. pentru a asigura astfel păstrarea tuturor principiilor alimentare din legume.

Aşezarea legumelor în borcane. Pe măsură ce legumele se opăresc, se iau cu o spumieră şi se aşază fierbinţi în borcane. Acestea trebuie să fie de asemenea fierbinţi şi aşezate pe lama a două cuţite ca să nu crape. În timpul cît se aşază legumele fierbinţi, se bat borcanele cu fundul pe un şervet împăturit în şase sau în opt, ţinînd gîtul borcanului cu mîna, astfel ca legumele sau fructele să se aşeze cît mai frumos şi mai regulat, fără să rămînă goluri de aer între ele.

În borcanele astfel umplute se toarnă zeamă pînă la gîtul borcanului, care trebuie să rămînă puţin gol, deoarece prin încălzire conţinutul borcanului îşi măreşte volumul şi ar veni în atingere cu celofanul, din care cauză acesta poate plesni.

Celofanul și sfoara se taie din ajun, astfel încît să nu se întîrzie celelalte operații. În loc de celofan se poate întrebuința băşică de bou. Sfoara trebuie să fie de cînepă, nu prea groasă și nici bătoasă.

Celofanul se taie pe măsura gurii borcanului, lăsînd 2 cm peste locul unde se trece sfoara, astfel încît să poată fi ținut cu mîna cînd se leagă sfoara. Pentru fiecare borcan sînt suficiente două pătrate de celofan. Imediat ce borcanele au fost legate, se așază în cazanul de fiert.

Cum se leagă borcanele cu celofan. După ce se așază legumele în borcane, se șterge gura borcanelor care trebuie să fie perfect curată și se leagă în felul următor: se moaie pătratul de celofan în țuică, alcool diluat sau chiar numai în apă și se întinde pe masa foarte curată. Se moaie și al doilea pătrat. Primul pătrat se aplică pe gura borcanului, care de asemenea să fie udată cu alcool, apă sau albuș de ou, se întinde bine celofanul trăgînd marginile în jos pentru ca să se lipească de marginile borcanului cald. La fel se aplică și al doilea pătrat. Se netezește cu mîna ca să nu rămînă băşicuțe de aer între cele două pătrate. Apoi se leagă cît mai strîns, cu sfoară.

Cum se sterilizează borcanele cu conserve. Pe măsură ce borcanele sînt legate, se pun la fiert.

Cazanul pentru sterilizat se pregătește înainte de începerea operațiilor și se pune la foc slab înainte de opărirea legumelor, astfel ca apa să fie fierbinte cînd se așază borcanele calde în cazan. Este bine ca în permanență să fie un vas cu apă caldă pe mașină. Borcanele trebuie să se așeze în cazan puțin depărtate unele de altele, astfel încît să nu se atingă. Nu este nevoie să se înfășure borcanele cu cîrpe, jurnale sau talaș. Este o muncă în plus și complet inutilă. Pe fundul cazanului se așază cîteva scîndurele, pentru ca borcanele să nu vină direct în contact cu fundul cazanului și să se spargă.

Cazanul în care se așază borcanele trebuie să fie umplut cu apă fierbinte pe un sfert, iar după ce borcanele au fost așezate, apa trebuie să ajungă pînă la gîtul borcanelor, trecînd cu 1 cm deasupra conținutului lor. Deci, dacă mai este nevoie, se mai adaugă apă fierbinte, cu grijă să nu se ude borcanele pe deasupra.

Cazanul se pune la fiert descoperit și întreaga operație se face cu cazanul descoperit. Durata fierberii la legume contează din momentul de cînd au început primele clocote.

Durata fierberii la fructe se socotește din momentul cînd au început să se formeze băşicuțe de aer pe pereții interiori ai cazanului. Din acel moment se slăbește focul, pentru ca temperatura să nu se ridice mai mult. *Niciodată nu se lasă borcanele umplute azi să fiarbă a doua zi.* Unele conserve se fierb de două ori, cîte o oră în două zile consecutive. În acest caz, dacă apa a scăzut în cazan se mai adaugă apă rece, înainte de a se pune din nou la fiert.

Răcirea borcanelor. După terminarea completă a fierberii, se dă cazanul jos de pe mașină și răcirea se face în modul următor: se scoate treptat apa fierbinte și se înlocuiește cu alta rece pînă ce se răcește complet, avînd grijă să nu se atingă borcanele fierbinți cu apa rece. Se păstrează apoi ferite de curent rece. Se poate lăsa să se răcească în cazanul în care au fiert. Dacă se întîmplă să plesnească celofanul, se înlocuiește imediat cu altul și se pune borcanul din nou la fiert, 10 minute.

Controlul și păstrarea borcanelor. Borcanele nu se păstrează la căldură și nici la loc umed. Este bine ca toate borcanele cu conserve o dată așezate în cămară să nu se mai miște de la locul lor.

În primele 8—10 zile, se controlează zilnic, apoi o dată pe săptămînă. Controlul se face fără a atinge borcanul, ci examinîndu-l de aproape. Imediat ce s-a observat un început de fermentare, borcanul se scoate din cămară.

La borcanele sau la putinile cu conserve în saramură, se formează uneori floare deasupra. Aceasta trebuie curățată imediat. Este una din condițiile principale pentru o bună reușită. Se scoate teascul, se spală bine în apă rece, iar cu un șervet ud se curăță floarea de deasupra și marginile borcanului atît în interior, cît și în exterior.

Este bine ca la rafturile din cămară, unde se așază borcanele cu conserve, să se pună perdelițe, care să le țină la întuneric. Lumina decolorează conservele.

Acidul salicilic trebuie evitat pentru că schimbă gustul mîncărilor. Toate conservele indicate în carte reușesc sigur fără acid salicilic afară de mazăre, care conține un ferment special.

Conservarea alimentelor fără să fie fierte în abur

Altă metodă de sterilizare mai ușor de realizat este următoarea : alimentele se așază în borcane conform rețetelor, se leagă și se așază sub o pătură, fără să se mai fiarbă în abur. Condiția principală fără de care această metodă nu reușește este ca :

— borcanul să fie trecut prin apă clocotită și întrebuințat cît mai fierbinte ;

— alimentele să fie clocotite în momentul cînd se introduc în borcane ;

— să se lucreze repede și numai cîte un singur borcan, care imediat se și așază sub pătură ;

— toate borcanele să se păstreze sub pătură pînă la răcirea lor completă. Se mai pot așeza într-un vas cu apă fierbinte peste care se așterne o pătură și nu se mai umblă pînă nu se răcește apa complet.

Conservarea alimentelor prin uscare

Cea mai simplă metodă de conservare a alimentelor este uscarea lor. Pe lîngă că se execută ușor, se realizează mare economie de vase, loc în cămară etc.

Pe cît este de simplă metoda, pe atît de mare atenție trebuie să se dea ca alimentele uscate să-și păstreze gustul lor natural și substanțele nutritive pe care le conțin.

Ținînd seama că alimentele în contact cu aerul se oxidează și își pierd din substanțele hrănitoare, trebuie întrebuințate toate mijloacele pentru a le feri de această oxidare. În afară de condițiile arătate mai sus, pentru prelucrarea alimentelor în general, mai sînt trei operații esențiale de executat :

— opărirea ;

— uscarea rapidă și la curent de aer ;

— acțiunea curentului de aer.

Opărirea are de scop distrugerea microorganismelor de pe suprafața legumelor, fructelor, iar uscarea rapidă, formarea unei cruste exterioare care împiedică acțiunea de oxidare. Curentul de aer ajută să se risipească vaporii degajați din legume sau din fructe în contact cu căldura, grăbind astfel uscarea

După ce legumele sau fructele au fost opărite, se usucă prin două metode:
— uscarea la soare;
— uscarea în cuptor.

Uscarea la soare cere condiții speciale: legumele sau fructele trebuie să fie expuse în tot timpul zilei la un soare puternic. Această metodă are neajunsul că depinde de condițiile atmosferice (zile însorite, zile noroase). În afară de aceasta, fructele și legumele sînt expuse la praf și insecte oricîte măsuri s-ar lua pentru înlăturarea lor.

Metoda cea mai recomandabilă este *uscarea în cuptoare.*

După cantitatea alimentelor și după posibilități, uscarea în cuptoare se poate face în cuptoare mari, speciale, în cuptoare de pîine sau în cuptorul mașinii de gătit. Condiția principală în toate aceste cazuri este ca uscarea să nu fie lentă și să se facă neapărat în curent de aer, iar legumele și fructele să se întoarcă mereu de pe o parte pe alta.

Se recomandă ca în timpul uscării să se scoată din cuptor legumele și fructele de 2—3 ori cîte o jumătate de oră și apoi să se continue uscarea la căldură mai puternică.

Cum se prepară mîncarea cu legume sau fructe uscate

Cu 2—3 ore înainte de a le pregăti, legumele sau fructele uscate se spală bine în 2—3 ape și se pun cu atîta apă călduță să se moaie, cît se va folosi pentru pregătirea lor la mîncare. Se fierb apoi în aceeași apă, la foc mai domol, ca să aibă timpul să se moaie perfect.

CONSERVAREA ALIMENTELOR PRIN STERILIZARE IN BORCANE CU CAPAC ȘI GUMA

Unelte necesare

Borcanele de sticlă sînt de diferite mărimi, de la 1/4 litru pînă la doi litri și de diferite forme: înalte și mai înguste sau joase și mai largi.

Fiecare borcan are capac și o gumă de cauciuc lată cît marginea borcanului, care servește să închidă ermetic capacul. Atît borcanul cît și capacul trebuie să aibă marginea *perfect șlefuită, fără zgîrieturi sau spărturi.*

Cauciucul trebuie să fie de bună calitate, să aibă elasticitate și să nu prezinte nici un fel de ruptură sau zgîrietură.

Cauciucurile de bună calitate și păstrate conform indicațiilor de mai jos pot fi folosite timp îndelungat.

Clamele și arcurile. Pentru închiderea borcanelor ce se fierb, ne servim fie de arcuri, fie de clame speciale, ce se găsesc în comerț. Atît arcurile, cît și clamele trebuie să fie în bună stare, nici prea încordate, nici prea slabe, atît cît exercitînd o apăsare suficientă a capacului să nu permită pătrunderea apei sau a vaporilor în borcan.

Cazanul: borcanele se fierb în baie de vapori, într-un cazan special, care la nevoie se poate improviza de către orice gospodină. Cazanul are forma obișnuită, cilindrică, și cu capac exact pe măsură, care se închide perfect. La capac se lasă o deschizătură rotundă, pe unde se introduce termometrul.

În interiorul cazanului se află un suport, sau un grătar, peste care se așază borcanele. Fără acest suport, care ferește borcanele să vină în contact direct cu focul, riscăm să se spargă borcanele.

Termometrul. Termometrul special pentru cazanul de conserve este absolut necesar pentru fierberea conservelor, chiar în borcane simple, căci azi se cunoaşte pentru fiecare aliment temperatura minimă la care trebuie fiert astfel ca să-şi păstreze toate proprietăţile nutritive şi în acelaşi timp să se conserve.

Gumele şi capacele se pun la uscat pe o cîrpă curată, se acoperă cu altă cîrpă şi se lasă astfel pînă ce s-au uscat bine.

Gumele se păstrează într-o cutie, aşezate unele peste altele, controlîndu-se din timp în timp să nu se lipească între ele.

Cazanul, clamele şi termometrul se păstrează bine frecate, la loc ferit de umezeală, ca să nu ruginească. Termometrul va fi ferit de izbituri, iar la folosire trebuie controlat, dacă este în bună stare şi dacă indică exact temperatura. Pentru control se introduce termometrul într-un vas cu apă caldă, iar dacă mercurul se ridică neregulat sau prea brusc, lăsînd intervale de aer în coloana de mercur este un indiciu că termometrul nu funcţionează bine.

Reînchiderea borcanelor începute şi neconsumate în întregime

Este bine ca fiecare gospodină să-şi calculeze cantitatea de alimente care este necesară pentru a fi consumată o dată, astfel ca să nu-i rămînă de azi pe mîine. Totuşi, atunci cînd nu are nevoie de întregul conţinut dintr-un borcan, restul rămas îl poate pune, fie într-un borcan mai mic, fie într-unul la fel, şi va proceda exact cum s-a descris mai sus pentru închiderea borcanelor. Prin acest procedeu nimic nu se risipeşte.

Temperatura maximă şi durata la care trebuie încălzite legumele în borcane

Mazăre	60	minute	la 98°C
Fasole	90	„	la 98°C
Spanac	60	„	la 98°C
Gulioare	60	„	la 98°C
Conopidă	60	„	la 98°C
Roşii	20	„	la 90°C
Vinete	30	„	la 98°C
Dovlecei	50	„	la 98°C
Vinete împănate	50	„	la 98°C
Sparanghel	60	„	la 98°C
Bame	60	„	la 98°C

În borcane late, încălzirea durează cu 10—30 minute mai mult.

CONSERVAREA ALIMENTELOR DE NATURĂ VEGETALĂ

Legume

Unele legume se conservă prin fierbere şi se prepară în două feluri :
— fierte numai în apă, pentru a se pregăti iarna cu unt sau smîntînă ;
— fierte în bulion pentru a se pregăti iarna mîncări — reci sau cu carne.

Această diferenţă în conservarea legumelor înlesneşte mult prepararea mîncărilor iarna, deoarece gospodinei nu-i mai rămîne decît să prepare sosul, care după noile metode este foarte simplu.

1221. Fasole verde conservată prin fierbere

Se alege fasole cît mai tînără și cît mai proaspătă. Se spală în apă rece. Se fierbe pe jumătate în apă clocotită cu sare, avînd grijă ca în momentul cînd clocotește apa să se toarne fasolea odată sau pe rînd, în raport cu cantitatea ce se conservă.

Se fierbe într-o cantitate de apă sărată ca pentru mîncare, atît cît va fi necesar pentru umplerea borcanelor, pentru ca atunci cînd se pune fasolea la fiert în vas, apa să nu-și scadă temperatura. În felul acesta se păstrează culoarea legumei.

După ce fasolea a fiert aproape pe jumătate, se strecoară și se așază în borcane, punîndu-se deasupra două roșii întregi, frumoase și neatinse. Borcanele se umplu, ținînd seama de indicațiile speciale. Apa se toarnă în borcane, atît cît să acopere bine leguma. Se leagă cu celofan sau se închide capacul conform instrucțiunilor și se pune imediat la fiert timp de o oră. În acest mod se conservă fasolea verde, franceză, grasă, țucără care se poate întrebuința la soteuri, salate, ciorbe, cu smîntînă etc.

Acest mod de conservare, deși pare mai migălos sau mai scump, pentru că necesită borcane multe, este însă cel mai bun, deoarece fasolea își păstrează frăgezimea și toate substanțele hrănitoare.

1222. Fasole verde în bulion, conservată prin fierbere

Se alege fasolea, se spală și se fierbe la fel cum se prepară fasolea conservată prin fierbere în apă, cu deosebirea că se fierbe numai pe jumătate, dacă iarna se va pregăti cu carne, sau se fierbe complet, dacă iarna se va servi rece sau la salate.

În timp ce fasolea s-a pus la fiert, se prepară un bulion de roșii care trebuie potrivit să fie gata în momentul cînd fasolea s-a așezat în borcan. Nici fasolea nu trebuie să aștepte, dar mai ales bulionul trebuie turnat în borcan imediat ce este gata, fierbinte, atît cît să acopere fasolea.

Se leagă borcanele și se fierb o oră în baia de apă.

Astfel se pot conserva toate felurile de fasole verde.

1223. Fasole verde cu sare și zahăr

Fasole tînără și proaspătă se spală fără să i se rupă vîrfurile și codițele, se pune într-un vas smălțuit sau într-o copaie și se amestecă cu sare și zahăr în următoarea proporție: la 10 kg fasole se întrebuințează 1½—2 kg sare și 1 kg zahăr.

Se lasă pînă a doua zi, în care timp fasolea își lasă zeamă multă. Se așază în borcane de murături largi la gură, îndesată bine, se toarnă deasupra zeama ce și-a lăsat-o, pînă ce se umple bine și se pune teasc deasupra. Se leagă cu hîrtie pergament sau cu hîrtie simplă și cu o cîrpă deasă și se dă la cămară.

La întrebuințare se desărează bine spălînd-o în cîteva ape reci, apoi se lasă de seara pînă dimineața în apă clocotită, care se folosește apoi la pregătirea mîncării.

1224. Fasole țucără în saramură

La 10 kg de fasole se întrebuințează 1½ kg sare. Se spală fasolea fără să se curețe de vîrfuri și codițe, se fierbe pe jumătate, punîndu-se direct în apă clocotită cu sare (ceva mai sărată ca pentru mîncare). Se scoate și se strecoară apa în alt vas, apoi se adaugă restul de sare. Se întinde fasolea pe o scîndură curată și apoi se așază în borcane, se toarnă saramura, umplîndu-se atît, cît să nu treacă de baza gîtului borcanului, se toarnă pe deasupra un strat de ulei gros de două degete, se leagă cu hîrtie pergament și se dă la cămară.

La întrebuințare, se spală fasolea în cîteva ape reci și se lasă în altă apă clocotită de seara pînă dimineața.

1225. Fasole conservată în saramură

Se oprește fasolea în apă fără sare, așa cum am arătat mai sus. Se strecoară și se așază în borcan. Se umple borcanul cu apa în care a fiert fasolea și la care se adaugă o lingură de sare și o lingură de oțet la 1½ litru de lichid. Se închide apoi borcanul cu celofan și se fierbe în baie de apă conform instrucțiunilor generale.

1226. Fasole verde conservată prin uscare

Acest mod de conservare are avantajul că economisește borcanele. Fasolea este foarte gustoasă la întrebuințare.

Se curăță fasolea de vîrfuri și codițe, se oprește pînă începe să se moaie, se zvîntă bine în cîrpe, se așază în tăvi, care se dau la cuptor, după ce s-a stins focul și mașina

numai este fierbinte, ci numai caldă și cu ușa întredeschisă pentru a avea curent de aer, sau la soare în zilele foarte călduroase.

Fasolea se întoarce din cînd în cînd pentru ca uscarea să se facă uniform. Se repetă uscarea la prînz și seara, două-trei zile, în care timp fasolea se strînge, se subțiază și se încrețește. Este uscată pe deplin, atunci cînd îndoită se frînge ușor. (Nu trebuie să ținem seama de forma ce o capătă prin uscare, deoarece își revine complet cînd se moaie pentru a fi pregătită). Dacă uscarea nu se face complet, riscăm ca fasolea să mucegăiască. Uscarea trebuie să se facă într-un timp cît mai scurt posibil.

La întrebuințare se pune la muiat în apă rece de seara pînă dimineața, după ce a fost spălată în apă călduță și apoi se întrebuințează la mîncări, punînd-o la fiert direct în apa clocotită, în care s-a muiat, iar această apă servește apoi la prepararea sosului.

Observație: Uscarea se mai poate face și în cuptorul de pîine, după ce s-a scos pîinea. Fasolea se așază pe un grătar împletit din nuiele și se bagă în cuptor după ce s-a scos pîinea și se lasă 24 ore, avînd grijă ca să se reîncălzească puțin cuptorul, în care timp se scoate grătarul, și cînd s-a încălzit, se bagă din nou în cuptor. Se mai țin apoi, pe aceleași grătar cîteva zile la pod și se trec la păstrare în cămară, în săculețe de pînză de in.

În zilele foarte călduroase de vară, uscarea se face direct la soare sau pe timpul nopții în podul caselor. Se întinde fasolea pe o pînză rară, atîrnată în patru colțuri ca să aibă suficient curent de aer. Înainte de a așeza fasolea în această cîrpă atîrnată, se zvîntă bine între cîrpe. Din cînd în cînd se întoarce, ca să se usuce uniform.

Se păstrează în borcane de sticlă închise cu hîrtie sau în pungi de hîrtie perforate cu un ac și ferite de umezeală.

MAZĂRE VERDE

1227. Mazăre verde conservată prin fierbere

Conservele de mazăre se pot prepara primăvara, cînd este mai ieftină cu condiția să se lucreze foarte repede și să se păstreze apoi la un loc cît mai rece și fără umezeală.

Mazărea de toamnă are culoarea mai frumoasă. Se alege foarte tînără, cît mai proaspătă și se pune la conservat imediat ce s-a cumpărat. Nu se lasă niciodată pe a doua zi. Nu se conservă mazăre cu bobul făinos, deoarece este supusă mai ușor fermentării.

Mazărea se lucrează foarte repede și nu se lasă grămadă, fiindcă se încinge.

Se spală cu apă rece și se pune la fiert direct în apa clocotită. Sarea nu se pune de la început, ci se adaugă numai după ce mazărea a fiert pe jumătate. Se întrebuințează puțină sare la mazăre; este suficient ceva mai puțină decît pentru mîncare. Se mai lasă să clocotească puțin, apoi se strecoară astfel: boabele mai mici care s-au ridicat deasupra apei și care sînt și cele mai tinere, dacă sînt în cantitate suficientă, se strîng cu o strecurătoare într-un vas deosebit și se conservă separat, drept calitatea I. Restul se strecoară în alt vas.

Se așază mazărea în sticle sau în borcane, fără să se bată și fără să se îndese boabele. Sticlele sau borcanele rămîn de trei degete goale. Apa în care a fiert mazărea se amestecă bine cu acid salicilic special pentru conserve (care se vinde în formă cristalină) în proporția următoare: la lichidul necesar pentru patru sticle sau borcane de un litru se amestecă un gram de acid salicilic.

Se toarnă apoi lichidul în sticle atît cît să treacă de două degete peste mazăre. Se leagă cu primul pătrat de celofan, învîrtind sfoara de mai multe ori în jurul sticlei, apoi se aplică al doilea pătrat de celofan și se leagă la fel.

Se fierbe în baia de apă prima zi mai mult de o oră, iar o doua zi o oră. Se lasă să se răcească în apa în care a fiert, acoperind vasul cu pături groase.

Această metodă de conservare, executată riguros, dă rezultate sigure.

1228. Mazăre conservată prin uscare

Se opărește mazărea în apă clocotită, fără sare. Se lasă două-trei clocote, se scurge, se zvîntă în cîrpe curate, se pune într-o tavă și se zvîntă complet la cuptor. Se întinde apoi la pod, răsfirată, încît să nu se atingă bob cu bob și se întoarce des, ca uscarea să se facă uniform. Cînd bobul este destul de întărit, se strînge în săculețe de pînză sau de hîrtie perforată și se păstrează la loc uscat (v. 1226).

1229. Mazăre cu zahăr, uscată

Mazărea curățată se pune într-o tavă pe mașină cu zahăr pisat în următoarea proporție: la 1 kg mazăre o lingură zahăr și sare atît cît este necesară pentru mîncare.

Se lasă pe mașină, învîrtindu-se cu lingura pînă ce se încrețește pielița bobului de mazăre. Se pune apoi imediat

la uscat și se întoarce des, apoi se procedează la fel ca la mazărea conservată prin uscare.

La întrebuințare se spală, se moaie în apă călduță înainte de a se găti și se pune la fiert în apa în care s-a muiat.

DOVLECEI

1230. Dovlecei conservați prin fierbere

Se aleg dovlecei tineri și foarte proaspeți, mai mari sau în floare. Cei mici se spală, cei mari se rad cu cuțitul și se taie bucăți. Se opăresc, fără a se ține mult în apă, se așază în borcane, se toarnă deasupra apă clocotită cu sare ca pentru mîncare. Se ține seama de toate regulile arătate la „Sterilizarea alimentelor". Se închid sau se leagă borcanele și se fierb în baia de apă o oră.

Se pot prepara soteuri, cu smîntînă, ciorbe, pilaf, mîncare de post, mîncare cu carne, folosindu-se și apa în care s-au conservat dovleceii.

1231. Conservarea dovleceilor pentru umplut

Se aleg dovlecei buni pentru umplut. Nu se curăță de coajă, nu se rad. ci se spală și numai se opăresc foarte repede, apoi se așază în borcane. Se toarnă deasupra apă rece fără sare, se leagă borcanele și se fierb în baia de apă o oră.

La întrebuințare, carnea de umplut se prăjește înainte de a se umple dovleceii.

1232. Dovlecei în bulion

Dovleceii aleși la fel ca pentru umplut se fierb în apă clocotită cu sare. Cînd sînt pe jumătate fierți se scot, se așază în borcane și se toarnă deasupra bulion proaspăt, fierbinte. Se leagă borcanele și se fierb în baia de apă $^1/_2$ oră.

Acest mod de preparare are avantajul că iarna avem legume gata preparate.

1233. Dovlecei în ulei

Dovlecei mici în floare, proaspeți, se prăjesc în ulei pînă se moaie. Se așază în borcane cu sosul ce-și lasă, se leagă și se închide borcanul. Se fierb în baia de apă cîte o oră două zile consecutiv.

Se întrebuințează la mîncări reci.

1234. Dovlecei pentru musaca și mîncare

Se taie felii de dovlecei, necurățați de coajă și se usucă astfel: se așază într-o tavă fierbinte care se pune apoi pe o plită bine încinsă. Uscarea trebuie să se facă cît se poate de repede și pe ambele părți ale feliei. Se așază în borcane, se leagă și se fierb în baia de apă, o oră.

La fel se pot conserva și dovleceii destinați pentru pregătirea mîncărilor.

Se mai pot conserva și fără a mai fi uscați pe mașină, ci numai opăriți în apă clocotită cu sare, folosind apoi apa la umplut borcanele.

1235. Ghiveci

Pentru ghiveci se pregătesc toate felurile de zarzavaturi și legume tinere și proaspete ca: fasole verde, de preferat cea grasă, mazăre, dovlecei, vinete, conopidă, varză, ardei, bame, roșii, pătrunjel verde și usturoi.

Fasolea se spală, se curăță de ațe, de vîrfuri și de codițe; mazărea se alege; dovleceii, dacă sînt mari se curăță și se taie felii, iar dacă sînt mici în floare nu se curăță, nici nu se taie; vinetele se taie bucăți, dar nu se curăță de coajă; conopida se desface în bucăți mai mărișoare; varza se taie în bucăți potrivite; roșiile se aleg mici, prunișoare, și se lasă întregi, dacă sînt mari se taie sferturi și se curăță de semințe, ardeiul se taie șuvițe late de 3—4 cm fără semințe, iar bamele se curăță numai de codiță.

Toate aceste zarzavaturi trebuie fierte. Fierberea lor se face astfel: spălate și curățate se pun toate într-un săculeț dintr-o pînză mai rară și se scufundă într-un vas cu apă clocotită cu sare și se lasă să fiarbă mai mult de jumătate. Se așază apoi în borcane, rînduri, după culoare și după varietate, avînd grijă ca primul rînd, pe fundul borcanului, să fie din foi de pătrunjel, iar între rînduri roșii și pătrunjel foi.

Cînd borcanul a rămas de trei degete gol, se toarnă apa în care au fiert legumele sau se umplu cu bulion proaspăt, fierbinte. Se leagă borcanele și se fierb în baie de apă o oră, două zile consecutiv.

Ghiveciul preparat cu apă se întrebuințează la prepararea soteurilor cu unt sau cu smîntînă.

Ghiveciul preparat pentru mîncare se umple cu bulion și se prepară cu legume înăbușite în ulei, în loc să fie fierte.

1236. Bame conservate prin fierbere

Se aleg bame cît mai tinere și cît mai proaspete. Se curăță codița, fără să se atace pulpa. Se recomandă să se conserve separat cele mici și separat cele mari. Se spală în apă rece și se fierb în apă clocotită, sărată ca pentru mîncare, în care s-a adăugat puțină sare de lămîie, atît cît să fie potrivit de acră. Se lasă să fiarbă cîteva clocote, în apă cît să le acopere, pînă se moaie bine. Se strecoară, se așază în borcane. Se toarnă deasupra apa în care au fiert sau zeamă de roșii, fierbinte. Se leagă borcanele și se fierb în baie de apă cîte o oră, două zile consecutiv.

1237. Bame conservate în sare

Se aleg bamele, se curăță de codiță, nu se spală, ci numai se aleg cele frumoase. Se amestecă cu sare în proporție de 150 g sare la 500 g bame. Se amestecă bine, se așază în sticle (de vin), pînă la gîtul sticlei, iar tot gîtul sticlei se umple cu sare. Se înfundă bine cu dop și se dau la cămară.

Se pot păstra astfel 1—2 ani. Este o metodă sigură, ieftină și ușor de executat.

La întrebuințare se spală în 2—3 ape fierbinți și se pun apoi la fiert direct în apă clocotită. Cînd sînt aproape fierte, se strecoară și se prepară fie cu carne, fie ca mîncare rece.

1238. Bame conservate cu sare și zahăr

Se aleg bamele, se curăță de codițe, nu se spală și se amestecă cu sare și zahăr în următoarea proporție: 100 g sare, 50 g zahăr la 500 g bame. Se amestecă bine, se umple sticla (de vin) nu se mai pune stratul de sare ca la bamele cu sare, ci numai se înfundă sticla cu dop și se păstrează la cămară în loc foarte rece.

CONOPIDĂ

1239. Conopidă conservată prin fierbere

Se alege conopidă proaspătă și cît mai albă. Se desfac buchete mai măricele, se opărește în apă sărată, fără să se fiarbă, se așază în borcane și se toarnă deasupra apă

clocotită în care a fost opărită. Se fierb borcanele în baie de apă cîte o oră, două zile consecutiv.

Această conservă trebuie să se prepare cu foarte mare iuțeală, altfel poate fermenta.

Borcanele se scot imediat din apa în care au fost sterilizate conform instrucțiunilor de la p. 379. Se păstrează ferite de lumină.

PATLAGELE VINETE

1240. Vinete conservate în bulion

Se aleg vinete tinere și proaspete. Se taie bucăți lungi, necurățate de coajă; pe măsură ce se taie, se usucă imediat punîndu-le direct pe plita mașinii, care trebuie să fie potrivit de încinsă. Uscarea se face atît, cît să se prindă o pojghiță subțire și rumenă ca un fel de prăjire. După ce s-au uscat toate feliile se așază în borcane și se toarnă deasupra zeamă de roșii proaspătă, subțire, fierbinte. Nu se umple borcanul complet, ci se lasă cam de trei degete gol. Se leagă și se fierbe în baie de apă o oră, două zile consecutiv.

1241. Vinete conservate pentru musaca

Vinetele nu se usucă pe mașină, ci se opăresc în apă cu sare, se așază în borcane și se umplu borcanele cu apă fierbinte în care au fost opărite. Se fierb în baia de apă o oră, două zile consecutiv.

1242. Vinete umplute și împănate

Se aleg vinete mici, tinere și proaspete. Se curăță cotorul și coaja în lungime, o șuviță da și una nu, late cam de $1^1/_2$—2 cm. Pe părțile curățate se taie cîte o deschizătură mai profundă, în lungime, drept la mijloc. Se opăresc vinetele în apă clocotită cu sare în care se țin pînă se moaie bine la cotor.

Se scot, se lasă să se răcească, apoi părțile crestate se umplu cu următoarea compoziție:

Multă ceapă tăiată felii cît mai subțiri se înăbușă în ulei pînă ce începe să se rumenească și devine aurie; se adaugă morcovi, păstîrnac, pătrunjel, țelină tăiată felii subțiri și lungi și se înăbușă toate, pînă ce se pătrund bine. Se potrivește de sare și se adaugă și pătrunjel verde.

Vinetele astfel umplute se mai împănează și cu usturoi: se înfierbîntă ulei într-o tavă, se pun vinetele umplute, se întorc pe o parte și pe cealaltă, pînă se pătrund bine, fără să se prăjească, ci numai să se moaie. Cînd sînt bine pătrunse, se adaugă felii de roșii, curățate de pieliță și de semințe și bulion de roșii, proaspăt pregătit, se dau la cuptor sau se lasă să fiarbă bine. Cînd sînt gata, se așază în borcane: întîi vinete, apoi un rînd din roșiile înăbușite, din nou vinete și se continuă astfel pînă se umple borcanul, lăsîndu-l de trei degete gol. Se toarnă deasupra sosul rămas în tavă, se leagă borcanul și se fierbe în baia de apă cîte o oră, două zile consecutiv.

La întrebuințare, se așază în tavă și dacă sosul este prea scăzut, se adaugă puțină apă și se dau la cuptor, unde se lasă să dea cîteva clocote.

1243. Vinete împănate

Se coc vinetele, se curăță de coajă și se lasă să se scurgă, apoi se împănează cu usturoi. Pentru patru vinete se înăbușă 5—6 cepe, se adaugă felii de roșii curățate de coajă și de semințe, și verdeață multă. Se așază vinetele în tavă peste un strat de roșii și deasupra alt strat de roșii. Se dau la cuptor cu jumătate pahar de ulei, pînă scad. Se așază în borcan, se leagă și se fierb în baia de apă o oră, două zile consecutiv.

Se mai poate adăuga o dată cu ceapa și zarzavat bine înăbușit.

1244. Vinete tocate

Se aleg vinete proaspete și tinere. Se coc pe plita foarte bine încinsă. Coacerea trebuie făcută repede ca să nu se înnegrească vinetele, care totuși, trebuie să fie bine pătrunse de foc. După ce s-au copt, se curăță de coajă. Se așază pe un fund curat, se desfac în șuvițe lungi și se pun la scurs (dacă au semințe se curăță bine de semințe). Se lucrează foarte repede.

După ce s-au scurs bine de tot, se așază șuvițe în borcan, se sărează și se lasă borcanul gol cam de trei degete.

Se așază în borcan cu multă grijă ca să nu rămînă băsici de aer printre șuvițe. Deasupra se pune un strat de ulei gros de un deget. Se închid borcanele ermetic și se fierb în baie de apă o oră, două zile consecutiv.

La întrebuințare, se scurg bine, se toacă și se prepară salată de vinete.

1245. Vinete cu usturoi pentru aperitive

Vinete proaspete și tinere se spală, se zvîntă și se taie coaja în lung, în formă de fîșii, una da și una nu. Se taie apoi în felii rotunde cam de 1 cm grosime, se dă sare și se lasă să stea timp de o oră. Se prăjesc apoi în ulei.

Reci, se așază în borcane astfel: un rînd de felii de vinete, deasupra lor căței de usturoi curățați și pisați, pătrunjel verde, din nou un rînd de vinete, usturoi și pătrunjel, pînă ce se umple borcanul.

Se așază astfel, încît să nu rămînă locuri libere, și nu se îndeasă conținutul prea mult. Se leagă cu celofan și se sterilizează o oră.

Se servesc ca aperitiv.

1246. Salată de vinete și gogoșari

(Zacusca)

8 vinete, 30 gogoșari, 2 kg ceapă, 3 kg roșii, 3 pahare ulei, sare, piper, jumătate foaie de dafin.

Vinetele se coc, se curăță, se lasă să se scurgă. Ceapa se taie peștișori și se înăbușă bine în ulei cu sarea necesară. Se adaugă gogoșarii tăiați bucățele, cam de 2 cm pătrați. În timp ce se continuă înăbușirea cepei, se opăresc roșiile. Se curăță de coajă și pe cît posibil și de semințe. Se taie roșiile mărunte și se adaugă peste ceapa cu gogoșarii.

Se lasă să scadă bine, amestecîndu-se mereu ca să nu se prindă de fundul cratiței. Cînd a scăzut bine se adaugă vinetele coapte fîșii mărunțe. Se amestecă, se potrivește de sare, piper și foaie de dafin. Se dă la cuptor să se rumenească, în care timp se prepară cazanul pentru sterilizare și se încălzește apa necesară pentru fiert.

Cînd compoziția este bine rumenită se așază în borcane mici de jumătate de kilogram, fără să se umple, se lasă de trei degete goale. Se toarnă pe deasupra ulei.

Din această cantitate se pot umple 7—8 borcane. Se leagă borcanele și se sterilizează 20 minute.

1247. Salată de vinete și gogoșari

(Zacusca)

4 vinete, 25 gogoșari, 1/2 kg roșii, 1 kg ceapă, 2 pahare ulei.

Se coc vinetele și gogoșarii; se curăță vinetele de coajă și se lasă la scurs. Se înăbușă ceapa tăiată felii pînă se rumenește puțin, se trec gogoșarii și ceapa prin mașină, se amestecă cu vinetele tocate, cu bulion preparat din cantitatea de roșii arătată mai sus. Se fierb pînă scad, se pun la borcan și se fierb pe baia de apă jumătate de oră.

1248. Vinete cu ardei și roșii

15 ardei, 4—5 vinete, 1 kg roșii.

Ardeii roșii sînt mai gustoși. Se pot întrebuința și 2—3 gogoșari. Se coc separat ardeii, vinetele și roșiile. Roșiile se coc la cuptor atît cît se moaie puțin. Toate se curăță de pieliță și de semințe. Se scurg de apă și se toacă pe tocător fiecare separat. Apoi se amestecă, se așază în sticle, se leagă cu celofan sau pergament și se fierb în baie de apă 20—30 minute.

Se servesc ca aperitiv, adăugîndu-se după gust puțin usturoi sau ceapă tăiată mărunt.

ARDEI GRAȘI

1249. Ardei grași, copți pentru salată

Se aleg ardei proaspeți (se cunosc după cotor), grași și cărnoși. Se coc și, pe măsură ce sînt copți, se așază într-un vas, se presară cu sare și se acoperă vasul. Se curăță apoi de pieliță, cu mare atenție, ca să nu se rupă ardeii. Se așază în borcan și se toarnă deasupra oțet, potrivit de acru și sărat, lăsîndu-se borcanul gol cam de trei degete. Se închide borcanul și se fierb pe baie de apă o oră și numai o singură dată.

1250. Ardei grași pentru tocane și ciorbe

La fel se prepară și pentru tocană, ciorbe etc. cu deosebirea că nu se așază întregi în borcane, ci desfăcuți fîșii late.

1251. Ardei grași conservați în bulion

Se aleg ardei potrivit de mari, dar cărnoși și proaspeți. Se curăță de semințe și de cotoare, se opăresc treptat în apă sărată ca pentru mîncare și se așază în borcane.

Între timp se prepară un bulion de roșii nu prea gros, îndulcit cu puțin zahăr, care se toarnă fierbinte deasupra ardeilor. Se leagă imediat borcanul și se fierbe pe baia de apă 50 minute o singură dată.

1252. Ardei grași pentru umplut, conservați cu sare

Se aleg ardei proaspeți și cărnoși. Se spală, se scoate cotorul și imediat se presară înăuntru cu sare mărunță, atît cît să se albească, astfel ca sarea să aibă umiditatea necesară și să se prindă egal pe toată suprafața ardeiului.

Se pun apoi într-un vas și țin 3—5 zile, pînă se moaie bine și își lasă zeamă.

Se așază apoi în borcan în straturi, unul într-altul, culcați fără să fie îndesați, ca să nu se rupă. Se toarnă deasupra saramura ce și-au lăsat în vasul în care au stat cu sare. Deasupra se pune un teasc. Se acoperă borcanul cu o cîrpă, hîrtie pergament sau orice altă hîrtie. Se leagă și se dă la cămară.

La întrebuințare se spală din ajun cu apă caldă de două-trei ori, apoi se lasă în apă rece pînă a doua zi, cînd se pot prepara cu carne, orez etc. Ca să fie tari și totuși fragezi, după ce au fost umpluți, se așază în tavă și se toarnă apă clocotită deasupra; se lasă să fiarbă și cînd sînt gata se adaugă sosul, lăsîndu-l să scadă.

Sînt tot atît de gustoși ca și vara.

1253. Ardei grași pentru umplut, conservați cu sare și zahăr

Ardei proaspeți și cărnoși se spală, li se scoate cotorul și semințele și se presară cu un amestec de sare și zahăr în proporție de două părți sare și o parte zahăr. Se procedează apoi la fel ca la ardeii grași conservați cu sare.

1254. Ardei grași conservați în saramură

Se curăță ardeii de semințe și de nervuri. Se cufundă în apă clocotită cu sare. Se lasă să dea 2—3 clocote, se scot, se întind pe o scîndură curată și se lasă să se răcească. Se opăresc din nou în aceeași apă în care s-a mai adăugat

puțină sare și se așază apoi în borcan, unul în altul, pînă se umple borcanul. Se toarnă deasupra apă sărată, fiartă și clocotită, atît ca să-i acopere bine. Se leagă borcanele cu celofan și imediat se acoperă cu pături groase și se lasă astfel să se răcească.

După ce s-au răcit complet, se așază în cămară și nu se mai mișcă din loc.

Borcanele trebuie să fie fierbinți cînd se așază ardeii.

1255. Ardei grași conservați prin fierbere în apă sărată

Se aleg ardei grași proaspeți, nu prea mari, se curăță de cotoare și semințe, se opăresc în apă sărată ca pentru mîncare și calzi se așază în borcane fierbinți. Printre ardei se pun roșii mici rotunde sau lunguiețe, perfect sănătoase

Se umple apoi borcanul cu apă fierbinte în care au fost opăriți ardeii, lăsîndu-se de două degete gol. Se leagă și se sterilizează 20 minute, două zile consecutiv.

1256. Ardei grași conservați pentru tocane, ciorbe etc.

Ardeii proaspeți și cărnoși se spală, li se scoate cotorul, se taie fîșii cam de $1^1/_2$ cm lățime, se presară cu sare în cantitate potrivită ca pentru mîncare și se lasă într-un vas acoperit pînă a doua zi la un loc răcoros. În acest timp ardeii se mai moaie și își lasă zeama. Se scot și se așază în borcane, se toarnă deasupra zeama ce și-au lăsat-o, atît cît să-i acopere și se închide borcanul pentru fiert.

Dacă se conservă pentru salată, se toarnă deasupra oțet slab, în loc de zeama lor. Se închide borcanul și se fierb în baia de apă o oră, o singură dată.

Printre ardeii verzi se pot amesteca și ardei roșii grași.

1257. Ardei umpluți conservați

Ardeii se umplu cu orez, cu carne sau cu orez și zarzavat. Se așază în borcane fierbinți și se toarnă deasupra zeamă de roșii fierbinte atît ca să fie bine acoperiți și să rămînă borcanul de trei degete gol.

Se leagă borcanul și se fierb în baia de apă cîte o oră, două zile consecutiv.

1258. Ardei grași conservați pentru aperitive

Se coc 100 de ardei grași roșii, se curăță de pieliță. Se taie fin 1 kg ceapă și se înăbușă în ulei, la foc moale, ținînd cratița acoperită pe marginea mașinii. Se adaugă o

lingură de apă. Nu se rumenește, ci se lasă pînă se moaie bine ceapa.

Se trec prin mașina de carne ceapa și ardeii, se adaugă trei linguri de bulion gros de gogoșari și 2—3 linguri de zahăr. Se amestecă totul bine într-un vas și apoi se adaugă puțin cîte puțin restul de ulei rămas după ce s-a înăbușit ceapa. Se așază în borcan, se leagă și se fierbe în baia de apă o oră.

Se poate prepara și numai din gogoșari dulci și cărnoși.

Se servesc ca aperitiv sau la fripturi cu un sos acru, amestecat cu puțin oțet.

1259. Ardei copți conservați pentru salată

Se coc ardeii, nu prea mult și așa necurățați nici de semințe, nici de pieliță, se așază fierbinți în borcane și se toarnă deasupra oțet clocotit cu sarea necesară. Borcanele se umplu pînă sus cu oțetul clocotit. Se leagă cu celofan și se înăbușă în pături groase. Se lasă astfel să se răcească. Borcanele trebuie să fie de asemenea fierbinți în momentul cînd se toarnă oțetul clocotit. Se păstrează la cămară. Ardeii roșii sînt mai gustoși. La întrebuințare se cojesc.

1260. Ardei grași și ardei lungi conservați pentru salată

Ardei grași sau lungi se spală bine, se zvîntă și se prăjesc cu coadă cu tot în ulei. Se pun apoi într-un vas cu sare și se lasă pînă a doua zi, cînd se așază în borcan nu prea îndesați. Deasupra se toarnă oțet fiert și răcit. Se leagă cu celofan și se păstrează la rece.

La întrebuințare se cojesc și se servesc ca salată.

1261. Ardei copți conservați în sticle sau în borcane

Ardei grași copți, curățați de semințe și cotoare, rupți fîșii se pun pe o sită ca să se scurgă timp de 3—4 ore. Se așază apoi în sticle sau în borcane și se toarnă deasupra oțet fiert cu piper și miere. Se astupă bine și se păstrează la rece.

Oțetul se pregătește astfel: la 400 de ardei se pun 50 g esență de oțet, 4 linguri pline cu miere de albine și apă după volumul vasului în care se așază ardeii.

1262. Ardei conservați în apă rece cu hrean

100 ardei sănătoși și cărnoși se spală fără să se curețe de cotoare și semințe.
1 kg hrean, cîntărit necurățat, se curăță și se taie fire subțiri.

Se așază în borcan un rînd de ardei, un rînd de hrean, terminîndu-se cu un rînd de hrean. Se toarnă deasupra apă rece, se leagă și se dă la cămară, la răcoare. Nu se pune sare.

1263. Ardei graşi conservați prin uscare

Se opăresc ardeii întregi și se înșiră pe o ață trecută prin cotor. Se pun la uscat la soare fierbinte. După ce s-au uscat, se așază în săculețe și se păstrează la cămară. Nu se pun nici la pod, nici la pivniță. La pod, s-ar usca prea tare și la întrebuințare nu se moaie oricît ar fi ținuți în apă; la pivniță pot să mucegăiască.

Păstrarea se face numai în săculețe și ținuți la rece.

La întrebuințare se spală și se moaie în apă rece de cu seară. Această apă se întrebuințează apoi la prepararea lor.

GOGOȘARI

1264. Gogoşari conservați copți și tocați

Se aleg gogoșari cărnoși și proaspeți. După ce au fost copți și curățați de coajă și semințe, se trec prin mașina de carne, se sărează potrivit, se pun în sticle sau în borcane cu gît subțire și se fierb în baia de apă o oră, o singură dată.

Se folosesc pentru a da gust mîncărilor cu sos, la tocană, varză și fripturi. Este un sos foarte gustos.

1265. Gogoşari conservați pentru salată I

Se aleg gogoșari frumoși, cărnoși și se coc. Se curăță de pieliță și de sîmburi, se taie șuvițe mai late, se sărează potrivit, se așază în borcane sau în sticle mai largi la gît, se închid și se fierb în baia de apă o oră, o singură dată.

Se servesc iarna cu oțet și ulei la salată.

1266. Gogoşari conservați pentru salată II

Se prepară la fel ca ardeii graşi copți, conservați pentru salată (v. 1259).

1267. Gogoşari conservaţi pentru aperitive

Se prepară la fel ca ardeii roşii graşi conservaţi pentru aperitive (v. 1258).

1268 Gogoşari conservaţi prin uscare

Vezi 1263, ardei graşi conservaţi prin uscare. Uscarea se poate face în cuptor după ce s-a terminat gătitul mîncărilor sau după ce s-a scos pîinea ; pe o leasă sau un grătar împletit din nuiele ; pe o pînză rară atîrnată în patru colţuri. Totul este ca uscarea să se facă lent. După aceea se păstrează la cămară în săculeţe.

ALTE LEGUME

1269. Tarhon conservat în sare

Se alege tarhonul cu frunză mai lată şi cît mai proaspăt. Se scutură mai întîi buchetul de nisip, apoi se desparte în foi şi vîrfuri. Se spală în două vase cu apă rece, trecînd frunzele dintr-un vas în celălalt, fără a strînge tarhonul în mînă ; nu se scurge apa, ci se scoate uşor tarhonul din apă şi se trece în celălalt vas cu apă curată. Apa se schimbă de mai multe ori pînă ce rămîne curată, fără nisip în fundul vasului.

Se scoate tarhonul pe o masă curată, se lasă să se zvînte de apă şi se aşază în borcan un rînd de tarhon, un rînd de sare, apăsînd uşor, pînă se umple borcanul. Se termină cu un rînd de sare.

A doua zi se mai adaugă tarhon în locul rămas gol. Se leagă borcanul cu o hîrtie şi se pune la cămară.

La întrebuinţare se pune la desărat, ţinîndu-se 1—2 ore în apă fierbinte.

1270. Mărar, pătrunjel, leuştean

Vezi tarhon conservat în sare.

1271. Foi de viţă conservate prin sterilizare

Foile de viţă se opăresc în apă clocotită cu sare, se aşază în borcan fie întinse, fie rulate, se toarnă peste ele saramura în care au fost opărite şi se fierb în baia de apă o oră.

1272. Foi de viță cu sare

Se culeg foile de viță tinere, cele din luna mai sînt cele mai potrivite pentru conservare. Se spală, se zvîntă bine și se așază în borcan: un strat de frunze, gros cam de un deget, un strat de sare și se continuă pînă ce se umple borcanul, terminîndu-se cu un strat de sare. Printre rînduri se presară și mărar.

Se leagă borcanul și se păstrează la cămară.

La întrebuințare se pune la desărat din ajun în apă caldă, apoi se pun la fiert, direct în apă clocotită.

Dacă nu s-au pus din ajun la desărat, se pot spăla în 2—3 ape fierbinți și apoi se opăresc în apă clocotită.

1273. Foi de viță conservate în sare

Se spală foile de viță și se așază cam 10—15 foi una peste alta, se presară cu sare și mărar, se rulează ca o clătită și se așază rulourile în borcan. Cînd aceste rulouri formează un strat, se presară sare și se așază alt rînd de rulouri, apoi sare, pînă se umple borcanul.

La întrebuințare se desărează ,spălîndu-le în 2—3 ape fierbinți și apoi se opăresc în apă clocotită. Dacă nu sînt tinere se pot da și în cîteva clocote.

1274. Sparanghel conservat prin fierbere

Se alege sparanghel foarte proaspăt — altfel fermentează sigur în borcan. Firele groase sînt cele mai bune. Se taie numai vîrfurile fragede. Se pune la fiert într-o oală smălțuită și direct în apă clocotită cu sare. Se lasă să fiarbă pe jumătate. Se scot, se așază imediat în borcan. Se toarnă deasupra apa clocotită cu sare în care a fiert sparanghelul. Se închid borcanele și se fierb în baia de apă o oră.

1275. Ciuperci conservate prin fierbere în baia de apă

Se aleg ciuperci mici, tinere și albe, cît mai proaspete. Dacă sînt mici și închise, se conservă întregi. Dacă sînt mari, se taie cotorul, dacă au lamele negre, se rad. Cotoarele și lamelele rase nu se aruncă, ci se pregătesc imediat pentru o mîncare. Ciupercile mari se taie în 2—4 bucăți. Se fierb în apă clocotită cu sare și puțin oțet — cam două linguriță de oțet la un litru de apă. Se așază în borcane și se toarnă deasupra altă apă fiartă numai cu sare.

Se închid borcanele și se fierb în baia de apă cîte o oră, două zile consecutiv.

Se lucrează cît mai repede posibil, ca să nu se înnegrească ciupercile.

Apa în care au fiert ciupercile se întrebuinţează la prepararea supelor.

1276. Ciuperci în ulei

După ce s-au curăţat şi spălat ciupercile, se pun pe maşină într-o cratiţă cu ulei şi sare, acoperite, şi se lasă pînă se moaie, adică pînă se pătrund pe jumătate. Se toarnă apoi cu sos cu tot în borcane, se închid şi se fierb în baia de apă o oră.

1277. Ciuperci marinate

Se aleg ciupercile, se curăţă şi se taie. Se fierb în apă cu sare şi oţet. Se adaugă usturoi curăţat, piper, ienibahar, foi de dafin. Se toarnă fierbinţi în borcane, se leagă imediat şi se sterilizează o oră.

1278. Ciuperci conservate prin uscare

Orice fel de ciuperci se pot conserva prin uscare, fie înşirate pe sfoară, fie întinse în pod, după ce au fost opărite în abur.

PĂTLĂGELE ROŞII

1279. Roşii întregi conservate în apă rece

Se aleg roşiile tari, mici, nu prea coapte, foarte proaspete şi nelovite. Se spală repede şi uşor ca să nu le plesnească pieliţa. Se scoate uşor codiţa, se aşază în borcane, se toarnă apă rece, ca să le acopere bine. Deasupra se toarnă un strat de seu gros cam de 2 cm. Se leagă cu hîrtie celofan şi se dau la cămară.

Se păstrează la un loc cît mai răcoros şi nu se mai mişcă borcanul din loc după ce seul s-a întărit pe deasupra.

Ţin pînă în luna ianuarie. Dacă stratul de seu crapă, pătrunde aerul şi fermentează.

În loc de seu se poate pune un strat de ulei.

1280. Roşii întregi conservate în ulei

Se aleg roşiile, se aşază în borcane, se toarnă deasupra ulei atît cît să le acopere, iar peste ulei se toarnă un strat de alcool. Se închide borcanul şi se păstrează la cămară,

fără să se mai miște din loc. Astfel conservate țin mai mult decît conservate numai în apă.

1281. Roșii proaspete pe vrejii lor

Ultimele roșii, încă necoapte, se culeg cu vreji cu tot, înainte de a cădea bruma și se păstrează în pivniță, atîrnate de o grindă. Roșiile se coc pe rînd pe vrejii lor.

Roșii necoapte, fără vreji, se pot ține pe scînduri în pivniță, la un loc potrivit de rece. Ele se coc și se înroșesc pe rînd și astfel putem avea roșii proaspete pînă toamna tîrziu.

1282. Roșii felii conservate în sticle și borcane

Roșii frumoase și tari se taie sferturi sau felii, se curăță de semințe și se lasă să se scurgă, apoi se pun la sticle. Din cînd în cînd, se bate sticla sau borcanul, ca să se mai lase feliile, astfel încît să poată încăpea cît mai multe în sticlă.

După ce s-au umplut sticlele bine cu roșii, se leagă cu celofan și se fierb în baia de apă 15 minute, socotind de cînd a început să clocotească.

Aceste roșii sînt excelente întrebuințate la tocană, varză, ciorbă, salată.

1283. Roșii felii cu ardei grași felii conservați în sticle și borcane

Se prepară ca roșiile felii cărora li se mai adaugă și felii de ardei grași, tăiați în lung, precum și pătrunjel verde, printre rînduri.

1284. Roșii întregi conservate în bulion

Roșiile întregi, tari, spălate și zvîntate, se pun în borcane, se toarnă bulion clocotit subțire și proaspăt preparat. Se leagă imediat borcanele și se fierb în baia de apă 15 minute.

Se întrebuințează la diferite mîncări.

Sînt mai bune roșiile nu prea mari. Cele mai bune sînt cele de formă lunguiață (gogonele) perfect sănătoase.

1285. Roșii conservate nefierte la sticle.

Roșiile felii, tăiate și scurse, puse în sticle, se păstrează perfect chiar și doi ani fără să fie fierte, dacă se amestecă

cu acid salicilic — 1 g la o sticlă de 1 litru. Se înfundă sticla cu dop și se păstrează la rece.

Se întrebuințează la tocane, ciorbe, varză etc. și sînt foarte gustoase.

Printre feliile de roșii se pot amesteca și felii de ardei verde gras și pătrunjel verde.

1286. Roșii umplute cu orez, conservate

$2^1/_2$ kg roșii, 1 kg ceapă, 6 ardei grași, 2—3 gogoșari, $^1/_4$ kg morcovi, 4—5 ceșcuțe orez, $1^1/_2$ pahar ulei, sare, piper, verdeață.

Se aleg roșii rotunde, cărnoase și perfect sănătoase. Se taie capacul cu grijă ca să rămînă prins într-o parte. Se scoate miezul cu linguriță. Se lasă deoparte cu gura în jos, să se scurgă. Între timp se înăbușă în ulei 1 kg de ceapă fin tăiată, cu sarea necesară. Se adaugă 5—6 ardei grași și 2—3 gogoșari tăiați fin ca tăieței și $^1/_4$ kg morcovi rași. Se lasă să scadă, apoi se adaugă 4—5 ceșcuțe orez. Se înăbușe totul încă 10 minute. Se potrivește de sare și piper, se adaugă mărar și pătrunjel tocate fin, după gust. Verdeața cît de multă îi dă gust mai bun.

Roșiile bine scurse se umplu cu această compoziție, nu prea pline ca să aibă loc să crească orezul la fiert. Se așază în borcan cu capacele în jos și se toarnă deasupra un bulion mai scăzut și îndulcit cu puțin zahăr.

Se unge gura borcanului cu albuș de ou, se așază celofanul ud, se leagă și se fierb în baia de apă o oră, două zile consecutiv.

1287. Roșii umplute conservate

$1^1/_2$ kg roșii, 300 g ceapă, $^1/_2$ kg ulei, 600 g varză, 300 g morcov, 300 g țelină, 6—7 ardei grași, 3 gogoșari, sare, piper, verdeață.

Se pregătesc roșiile ca pentru roșii umplute cu orez.

Compoziția se pregătește astfel: ceapa se taie pește și se înăbușă în ulei; varza, morcovii, țelina, ardeii grași, gogoșarii, rase sau tăiate felii, se adaugă în ceapă și se continuă înăbușirea. Se pune sare și piper după gust. Cînd toată compoziția este bine muiată, se adaugă verdeață. Se umplu roșiile cu această compoziție, se așază în borcane, se toarnă deasupra un bulion gros, fierbinte, puțin îndulcit și preparat din $1^1/_2$ kg roșii. Se fierb în baia de apă o jumătate de oră.

1288. Sos picant de roșii, conservat

Se rup bucăți 1 kg roșii, se pun la clocotit pe mașină. După ce au dat în clocot, se iau jos de pe mașină și se lasă să se răcească. Se trec prin sită și se pun din nou la fiert pînă se îngroașă. Se amestecă mereu și se adaugă 1/4 kg zahăr, două linguriță muștar, o lingură sare, trei linguri oțet de vin și se lasă să clocotească 5 minute, amestecînd mereu. Compoziția clocotită se toarnă în sticle fierbinți, se astupă cu dopuri sau cu celofan și se țin între pături pînă se răcesc.

1289. Conservarea pătlăgelelor roșii

(după *L. V. Metlițchi*)

Pătlăgelele coapte și sănătoase se sortează în 2—3 categorii, după mărime, astfel încît fructele din fiecare borcan să aibă aceeași mărime. Aceasta dă posibilitatea de a folosi mai bine capacitatea borcanelor.

După sortare, roșiile se spală cu apă rece și se opăresc scufundîndu-le în apă clocotită, timp de 20—30 secunde. Această operație asigură curățarea ușoară a pieliței de pe roșii.

Roșiile mici se pun întregi, iar cele mari tăiate în jumătăți. Putem să nu le curățăm de pieliță, însă produsul fără pieliță capătă un aspect mai atrăgător, întrucît după sterilizare, în majoritatea cazurilor, coaja crapă și se desprinde de pe legumă.

Roșiile tăiate în jumătăți sau întregi și curățate de pieliță se pun pentru 3—5 minute într-o soluție apoasă de var sau într-o soluție de clorură de calciu 1%. Prin această tratare suprafața pătlăgelelor roșii se întărește și nu se deformează la sterilizare. Se pune 1 kg de var la o căldare de apă. După o oră, cînd sedimentul se depune la fund și soluția se limpezește, se scurge în alt vas și se așază roșiile spre tratare.

Roșiile astfel tratate se clătesc cu apă și se așază în borcane de sticlă. Pătlăgelele roșii tăiate în jumătăți se așază îndesat, cu partea rotundă în sus și spre pereții borcanului. După așezare, se acoperă cu o soluție de sare de bucătărie, urmărind să se elimine bulele de aer, care se formează în timpul acesta. Sarea este în proporție de 2,5%. Apoi se închid borcanele și se sterilizează timp de 30 minute.

1290. Bulion de roşii

Cele mai bune roşii pentru bulion sînt cele rotunde, mari, cărnoase şi bine coapte. Roşiile creţe conţin prea multă apă, prea multe seminţe şi nu sînt destul de cărnoase, deci nu se lucrează cu spor.

Bulionul se face treptat şi în cantitate mică pentru ca să se poată termina toată cantitatea în ziua în care s-a început. Dacă bulionul nu se termină în aceeaşi zi, îşi pierde gustul, culoarea şi poate fermenta.

Se spală roşiile, se despică, se trec prin maşina de carne şi se pun la foc pînă aproape de clocot. Se separă apoi zeama în modul următor: se lucrează cu două vase. Se aşază sita prin care se strecoară, deasupra primului vas. Se toarnă roşiile fierbinţi şi se lasă să se scurgă prima zeamă, care este mai limpede. Se mută sita pe vasul al doilea unde se trece prin sită partea mai groasă a bulionului. Se continuă tot astfel pînă se termină toată cantitatea de roşii fierbinţi.

Bulionul obţinut se pune în sticle fierbinţi care se umplu pînă sus de tot şi imediat se leagă cu celofan îndoit. Sticlele se învelesc imediat în pături (neculcate) şi nu se scot dintre pături decît după ce s-au răcit complet. Pe măsură ce s-a umplut o sticlă se şi leagă imediat.

Zeama mai subţire se pune de asemenea la sticle la fel ca bulionul şi se serveşte iarna la ciorbe. Aceeaşi zeamă se mai poate folosi şi la prepararea conservelor de legume prin sterilizare.

Acest mod de a prepara bulionul are avantajul de a nu se arunca zeama care conţine o importantă cantitate de vitamine şi săruri minerale; de a păstra o parte din pieliţa roşiilor, care conţine cea mai mare cantitate de vitamine; de a nu fierbe bulionul ore întregi. Nu este nevoie nici de dopuri şi smoală pentru înfundarea sticlelor. Bulionul pregătit aşa cum am arătat mai sus durează 2—3 ani; condiţiile sînt: să se lucreze repede, să se lege sticlele fierbinţi şi să se răcească treptat între pături.

1291. Bulion pastă

Bulionul pastă este cel mai bun pentru internate, restaurante sau cantine. Se poate prepara însă şi în gospodărie, deoarece se face economie de sticle, de combustibil etc.

Roşiile alese se aşază cu sare într-o putinică (1 kg sare la 100 kg roşii). Se lasă 4—5 zile, dacă vremea nu este prea călduroasă, altfel numai 3—4 zile, ca să nu fermenteze. Apa lăsată de roşii se scurge imediat. După 4—5 zile se trec prin sită, avînd grijă să nu se strecoare vreo sămînţă. Pe măsură ce se trec prin sită, se aşază în săculeţe de in şi se atîrnă la scurs. Se lasă să se scurgă 10—15 zile la umbră, pînă rămîne gros ca o pastă. Săculeţul se curăţă zilnic de floare.

Cînd s-a terminat de scurs, bulionul gros se toarnă într-o cratiţă sau în cazan la foc şi se amestecă mereu pînă se înfierbîntă bine de tot. Se răstoarnă apoi într-o copaie sau într-un vas (să nu fie de aramă) şi se lasă la răcit. Rece se amestecă cu acid salicilic în proporţie de 1 g la 2 kg pastă. Se amestecă foarte bine şi se aşază în putinele sau în borcane. Deasupra se pune o cîrpă muiată în ulei şi peste ea un strat de sare grunjoasă. Se leagă borcanul cu hîrtie pergament şi se păstrează la cămară.

1292. Prepararea bulionului subţire pentru conservele de legume

Acest bulion se prepară totdeauna în ultimul moment, astfel încît după primul clocot să se poată turna peste legume. Nu trebuie să aştepte nici legumele şi nici bulionul.

Se aleg roşiile, se spală, se despică, se trec prin maşina de carne, apoi prin ciur, deoarece s-a constatat ştiinţific că pieliţa conţine de trei ori mai multe vitamine decît miezul.

Se pun la fiert şi după primul clocot, se toarnă aşa fierbinte peste legume. Se leagă repede borcanul şi se pune la fiert după indicaţiile speciale specificate la fiecare fel de conservare.

MURĂTURI ÎN SARAMURĂ

Murăturile în saramură sînt cele mai sănătoase. Fermentaţia lor este o fermentaţie lactică, iar acidul lactic este un bun dezinfectant. Ele mai prezintă avantajul că aduc vitamine în alimentaţie, deoarece s-a constatat că unele vitamine rezistă la fermentaţie.

Se recomandă deci întrebuinţarea lor în timpul iernii, mai ales cînd lipsesc alimentele crude.

1293. Murături în saramură în butoi înfundat

Butoaiele de stejar sînt cele mai recomandabile și mai ales acelea în care s-a ținut ulei. Cu cît butoiul este mai vechi, cu atît este mai bun. Îngrijirea butoaielor este o condiție esențială pentru buna reușită a murăturilor.

Pregătirea butoaielor pentru murături

Primăvara, după ce s-au terminat murăturile, se opăresc butoaiele, se lasă să se usuce, se presară tot interiorul cu praf de var și se așază în pivniță pe drugi de lemn, puțin înclinate.

Toamna se spală cu apă rece, se stinge var în butoi și se lasă cîteva zile, apoi se opăresc cu apă clocotită și se spală cu apă rece pînă ce iese apa curată.

Dacă totuși butoaiele au miros, se afumă cu pucioasă

Pregătirea murăturilor

Murăturile în saramură se pregătesc în butoaie înfundate sau în borcane. Cantitatea de sare este stabilită între 50 și 60 g la litru de apă cu care se umple borcanul după ce s-au așezat legumele în vas sau la 30 g la litru de apă cu care se umple vasul gol.

Saramura fiartă se poate turna peste murături rece sau fierbinte ; *legumele însă trebuie opărite.*

Mai întîi se stabilește cantitatea de sare necesară pentru murături, calculîndu-se astfel : se umple butoiul cu apă, se măsoară această apă, se socotește 30 g sare la litru. Odată cantitatea de sare stabilită pentru fiecare butoi se notează și se păstrează pentru totdeauna.

Se aleg murăturile să fie proaspete, întregi, neatinse de brumă și nepătate. Se așază murăturile astfel :

Pe fundul vasului se pun hrean, foi de viță și de vișin, pentru a menține murăturile tari. Urmează rînduri de murături : castraveți, gogonele, ardei, pepenași verzi, printre care se amestecă usturoi mult — poate fi chiar necurățat — diferite zarzavaturi ca : morcovi, păstîrnac, pătrunjel, conopidă, țelină, mărar și cimbru uscat, precum și hrean, foi de viță și de vișin.

Deasupra se așază un strat de hrean, foi de vișin, foi de viță, țelină, mărar. Întreaga cantitate de sare se presară printre rînduri. Se toarnă apă clocotită. Se înfundă butoiul complet și în fiecare zi se rostogolește prin curte timp de 10—12 zile și apoi se așază definitiv în pivniță.

Murăturile nu se desfac decît după ce fermentația s-a terminat. Dacă se desfac mai înainte, fermentația se oprește și murăturile nu sînt gustoase.

Se pot prepara murături numai din castraveți, numai din gogonele verzi, sau numai din pepenași verzi. Procedeul este același. Zarzavatul și condimentele se pun pentru a da un gust mai picant murăturilor și cu cît vor avea hrean mai mult, cu atît vor fi mai tari.

1294. Murături în saramură la borcan I

Se procedează la fel ca la murăturile în saramură puse în butoi înfundat cu următoarele deosebiri :

Înainte de a se așeza murăturile în borcan, se opăresc în saramură și se așază apoi imediat în borcan. Se toarnă deasupra lor saramura în care au fost opărite, caldă sau rece, și după mărimea borcanului 1—2 linguri oțet socotite la 10 litri de apă.

După ce borcanul a fost umplut, se pune pe deasupra murăturilor un teasc format din două scîndurele, se leagă cu celofan, băşică de bou sau pergament. Se așază la soare cu un șervet ud îndoit în patru pe deasupra băşicii de bou. Se învîrtește borcanul și se schimbă cîrpa de cîte ori este nevoie, căci trebuie să fie mereu udă ; din cauza fermentației băşica se umflă mult și poate plesni.

În timpul fermentației saramura uneori se tulbură, nu trebuie să luăm în seamă și vom ține mai departe la soare pînă cînd se limpezește.

Murăturile nu se desfac decît după o lună, socotind din ziua în care s-a așezat borcanul la cămară.

Băşica de bou se cumpără din comerț, se moaie în apă caldă și se întinde deasupra borcanului, legîndu-se strîns, izolînd astfel conținutul borcanului de aer.

Observație: **Pentru ca opărirea să se facă uniform, legumele se vor opări pe rînd în saramura clocotită și apoi se vor așeza în borcan conform indicațiilor date.**

1295. Murături în saramură la borcan II

Gogonele verzi, pătlăgele verzi, ardei gras, ardei lung, ardei iuți galbeni, hrean, usturoi, semințe de muștar, varză roșie, varză albă, arpagic, conopidă buchețele, gogoșari suviță, toate bine spălate se așază în borcan după ce la fund s-au pus 1—2 bucăți de pîine uscată, felii de hrean și o pungulință de semințe de muștar. Așezarea legumelor se face după

gustul fiecăruia. La mijlocul borcanului se pun din nou pîine, hrean și semințe de muștar.

Se face o saramură din sare grunjoasă 50 g la litrul de apă. Se clocotește saramura cu ardeii iuți două minute și în momentul cînd încă clocotește se toarnă în borcan cu totul. Se leagă borcanul imediat cu pergament și se ține la o temperatură caldă 10—15 zile.

Murăturile nu se încep decît cel mai devreme după o lună.

1296. Castraveți murați în saramură

Se pregătește butoiul din ajun (v. 1293).

Se aleg castraveți tari și proaspeți, de preferat cei mici și buburoși, mărar, cimbru, foi de țelină, foi de vișin, foi de stejar, de viță, căței de usturoi și cîțiva ardei iuți.

Se spală castraveții. La fundul butoiului se așază un strat de foi de stejar sau crenguțe de vișin, foi de țelină, cimbru, mărar, hrean. Deasupra un rînd de castraveți, foi de stejar, frunze de țelină, cimbru mărar și hrean și din nou castraveți pînă se umple butoiul. Ultimul trebuie să fie un strat de foi de vișin, viță, hrean etc. Printre castraveți se pun căței de usturoi și ardei lungi iuți.

Se toarnă saramura, socotind 500 g sare la 10 l de apă, se înfundă butoiul și se lasă în curte. Din trei în trei zile se rostogolește pentru ca să se așeze conținutul și să se amestece uniform sarea. Este suficient să se repete această operație de trei ori.

MURĂTURI ÎN OȚET

1297. Gogoșari în oțet I

160 gogoșari proaspeți și foarte cărnoși, 10 litri oțet de vin tare, 1 legătură rădăcini de pătrunjel, 2 legături morcovi, 4 țeline, 4 bucăți păstîrnac, 2 bucăți hrean, 6 căpățîni de usturoi, boabe de ienibahar, o mînă de piper boabe, 4 foi de dafin, 1/2 kg muștar boabe, 1/2 kg sare, 1/4 kg zahăr, 4 legături de tarhon.

Zarzavatul se trece prin răzătoare, iar toate mirodeniile se pun într-un săculeț de pînză subțire și se pun la fiert în oțet împreună cu zarzavatul. După ce zarzavatul a fiert bine, se strecoară printr-o pînză, iar oțetul se pune din nou să clocotească cu sarea și zahărul arătat mai sus.

În acest timp se șterg gogoșarii cu o cîrpă curată și se opăresc treptat în oțet, ținîndu-i cam 2—3 minute. Se scot repede cu o strecurătoare și se așază în borcan adăugîndu-se printre ei — după gust — buchețele de conopidă și gogonele verzi de asemenea opărite.

Se strecoară din nou oțetul și se toarnă călduț peste gogoșarii așezați în borcan. Se pune teasc pe deasupra și un strat de ulei cam de două degete. Se leagă borcanul cu o cîrpă și se dă la cămară, de unde nu se mai mișcă din loc.

1298. Gogoșari în oțet II

Se aleg gogoșari proaspeți, cărnoși, să nu aibă nici o pată. Se șterg bine cu o cîrpă și se opăresc în apă de var după ce s-a luat spuma care s-a ridicat pe deasupra. Se așază în borcan.

Se clocotește oțetul cu sare — 60 g la litrul de oțet — piper, foi de dafin, ienibahar. Se adaugă 1/4 kg miere de albine.

Se toarnă clocotind peste gogoșari. Se lasă să se răcească, iar dacă oțetul a scăzut, se completează a doua zi. Pe deasupra se pune un strat de ulei gros de două degete, se leagă borcanul cu hîrtie pergament și se dă la cămară.

Printre gogoșari se pot pune și gogonele verzi, buchețele de conopidă, zarzavat diferit ca morcovi, pătrunjel, țelină. Se poate prepara și fără stratul de ulei.

1299. Gogoșari jumătăți în oțet

Pentru economie de vase și de oțet, gogoșarii se pot păstra foarte bine și tăiați în jumătăți. În felul acesta se face și un control mai riguros al gogoșarilor, care de multe ori aparent sînt foarte frumoși și înăuntru găunoși.

Se aleg gogoșari cărnoși și proaspăt culeși (se cunosc după cotor). Înainte de a fi tăiați, se spală bine, apoi se taie în jumătăți, se scot cotorul și semințele cu multă grijă ca să nu rămînă nimic în interiorul jumătății de gogoșar.

În acest timp se clocotește oțetul cu sare și miere sau zahăr în proporțiile arătate în rețeta precedentă.

Se opăresc gogoșarii treptat în acest oțet și se așază în borcan peste un strat de foi de vișin, țelină și tarhon. Printre rînduri se pot adăuga și felii de zarzavat, conopidă buchețele și se termină cu un strat de tarhon, foi de viță și de vișin. Se toarnă oțetul clocotind, se leagă cu celofan și se pune la

cămară, fără să se mai umble la borcan decît după o lună, cel mai devreme.

1300. Ardei umpluți cu zarzavat, în oțet

Se alege zarzavat diferit: morcovi, pătrunjel rădăcină, păstîrnac, țelină, varză albă. Se curăță toate, se spală și se taie fire lungi cam de 5—6 cm. Varza se taie ca pentru mîncare.

Se amestecă toate la un loc, se dă sare, potrivit ca pentru mîncare, și se lasă pînă a doua zi într-un vas să se moaie.

A doua zi, se aleg ardei grași, cărnoși și proaspeți, li se scoate cotorul, fără să se rupă (se pot tăia cu cuțitul) și se umplu cu zarzavat. Se așază în borcan, se pune teasc și se toarnă oțetul fierbinte deasupra.

Oțetul se pregătește astfel: 1 litru oțet cu 15 g sare, se pune la fiert cu piper, foi de dafin, ienibahar.

După ce s-a turnat oțetul fierbinte în borcan, se leagă imediat cu pergament și se dă la cămară.

1301. Gogoșari umpluți cu zarzavat, în oțet

Se pregătesc la fel ca ardeii umpluți cu zarzavat în oțet, cu deosebirea că li se adaugă 25 g de miere de albine la 1 litru de oțet.

1302. Ardei umpluți cu varză roșie, în oțet

Se aleg ardei grași, cărnoși și prospeți. Li se scoate cotorul, fără să se rupă.

Varza roșie se desface în foi, la fiecare foaie se scoate partea cocenoasă, se pun 2—3 foi una peste alta, se rulează și se taie cît mai subțiri. După ce s-a tăiat, se freacă varza cu sare, se stoarce, se pune într-un vas smălțuit sau într-un castron de porțelan și se toarnă peste ea oțet clocotit, potrivit de acru. Cînd s-a răcit, se presează într-o parte a vasului ca să se scurgă oțetul din varză și se umplu ardeii. Se așază ardeii în borcane, se pune teasc deasupra.

Oțetul scurs din varză la care se mai adaugă cantitatea necesară pentru a se umple borcanul, se clocotește cu piper, dafin și ienibahar. Se toarnă clocotind peste ardei și se leagă imediat borcanul cu hîrtie pergament. Se acoperă cu o pătură și după ce s-a răcit bine se duce la cămară. Se notează ziua cînd au fost pregătiți și nu se desfac decît exact după o lună și jumătate.

După ultimele date ştiinţifice cocenii de varză conţin o mare cantitate de vitamine şi de aceea este bine să nu se arunce, ci să se toace mărunt şi să se amestece în umpiutură.

1303. Castraveciori în oţet

Se aleg castraveciori mici, proaspeţi, nepătaţi şi nebrumaţi. Se curăţă, se spală în apă rece, se lasă să se zvînte pe cîrpe curate.

Se fierbe oţetul, potrivit de acru, cu sare — 25 g la 1 litru de oţet.

Castraveciorii bine zvîntaţi se aşază în borcan, după ce mai întîi se aşterne pe fundul borcanului un strat de tarhon. Se aşază rînduri de castraveciori alternînd cu straturi de tarhon, terminînd cu tarhonul. Oţetul clocotit se toarnă deasupra, se leagă borcanul imediat cu celofan şi nu se mai dezleagă decît după o lună şi jumătate.

1304. Ciuperci în oţet

Se curăţă ciupercile şi se spală bine. Se freacă cu sare şi se spală în apă cu oţet. Se pune să clocotească oţetul fără sare, numai cu boabe de piper şi se fierb ciupercile numai cîteva minute în acest oţet. Se toarnă apoi în borcan ciupercile şi oţetul în care au fiert. Se leagă imediat cu hîrtie celofan sau cu pergament şi se lasă să se răcească învelite în pături groase.

Cantitatea de oţet se potriveşte după capacitatea borcanului.

1305. Bureţi de munte sau păstrăvi de fag în oţet

Se curăţă bureţii şi se spală în apă rece. Se fierb mult în apă clocotită, fără sare. Sarea se adaugă numai după ce sînt fierţi, altfel se întăresc. Se mai fierb şi cu sare cam 10—15 minute, se scurg bine şi se aşază în borcan, punîndu-se şi usturoi printre rînduri. Se toarnă peste ei oţet clocotit, diluat cu zeama în care au fiert bureţii. Oţetul totuşi trebuie să fie suficient de tare, altfel bureţii nu durează.

Se leagă borcanul şi se lasă să se răcească înfăşurat în pături.

La întrebuinţare se toarnă puţin ulei peste ei şi se presară pe deasupra verdeaţă tocată.

1306. Zarzavat bucăţele în oţet

Conopidă, fasole verde, ardei mici iuţi, arpagic, varză roşie, puţin morcov, hrean, păstîrnac, toate tăiate felii; go-

gonele și pătlăgele verzi întregi, toate bine curățate și bine spălate se așază în borcan rînduri, rînduri cu usturoi printre ele.

Se fierbe oțetul cu sare (35 g la litrul de oțet), boabe de piper și 10—12 ardei iuți. În momentul cînd clocotește se toarnă cu ardei cu tot peste zarzavat. Pe deasupra se pune un strat de foi de vișin și semințe de muștar și apoi un teasc. Se leagă cu celofan, se înfășoară în pături, pînă se răcește complet și se păstrează la cămară.

1307. Usturoi verde în oțet

Se alege usturoi verde, foarte tînăr, înainte de a i se forma căpățîna. Se încolăcește în coronițe, se spală și se opărește bine în apă clocotită cu sare. Se așază în borcan, iar pe deasupra se pune un săculeț cu boabe de muștar.

Se fierbe oțetul cu sare (35 g la litrul de oțet) și se toarnă peste usturoi, clocotind. Se leagă imediat borcanul cu celofan și se lasă să se răcească între pături. Nu se umblă la borcan decît tîrziu, spre toamnă.

1308. Varză roșie la borcan în oțet

Se taie varza bine spălată: se freacă cu sare și se așază în borcan. Deasupra se toarnă oțet clocotit, se leagă cu celofan și se păstrează la cămară.

Părțile cocenoase conțin foarte multe vitamine, deci nu se aruncă, ci se toacă mărunt și se amestecă bine cu firele de varză.

1309. Sfeclă roșie la borcan în oțet

Se coace sfecla, se curăță de coajă, se taie felii, se așază în borcan un rînd de sfeclă, un rînd de hrean ras, presărate cu chimen. Se toarnă deasupra oțet clocotit cu sare, după gust. Se leagă cu celofan, se lasă să se răcească între pături groase și se păstrează în cămară. La întrebuințare se presară cu zahăr tos, după gust.

1310. Arpagic murat în oțet

Arpagic mărunt se curăță de prima coajă, se fierbe în apă cu oțet (jumătate apă și jumătate oțet), foi de dafin, piper, boabe de muștar și ienupere. După ce arpagicul a început să se moaie, se scoate într-o sită și se lasă să se răcească. Apa în care a fiert arpagicul nu se mai întrebuințează.

Arpagicul, bine scurs, se așază în borcan și se toarnă deasupra oțet fiert și răcit. Oțetul, potrivit de tare, se fierbe cu sare, piper, muștar, foi de dafin și ienibahar.

Se servește iarna ca aperitiv.

VARZĂ ACRĂ

1311. Varză acră la putină

Se pregătește butoiul (v. 1293).

Se alege varză bine îndesată și bine coaptă cu foile cît mai subțiri, să nu fie verde și să nu aibă foile crețe. Se curăță varza de foile stricate, se spală și se pune la scurs pe o masă. Se crestează la cotor în două sau în patru. Este o greșală să se scoată cotorul cu totul, căci este partea care conține cele mai multe vitamine.

La fundul butoiului se pune hrean tăiat subțire, în șuvițe și boabe de porumb. Se așază apoi varza căpățîni întregi, astfel încît să nu rămînă goluri între bucăți. Se pot pune jumătăți și sferturi pentru completarea golurilor. Printre căpățînile de varză se pune și mărar uscat și hrean. Cine dorește ca zeama să fie roșie, pune și sfeclă roșie. Pe la jumătatea butoiului se începe a se presăra printre rînduri sarea, calculîndu-se 250—350 g la 10 litri de apă.

După ce s-a terminat de așezat varza, se umple cu apă pînă sus, se pune teasc și capacul deasupra și se lasă 2—3 zile fără să se umble la butoi.

După trei zile se pritocește varza astfel: se dă drumul să curgă apa prin cep și se toarnă înapoi pe sus, de atîtea ori, cît trebuie pentru ca să se vînture toată apa din butoi. Se pritocește varza din trei în trei zile de patru ori și apoi mult mai rar.

Dacă se formează floare deasupra butoiului, se scoate teascul și capacul, se adună floarea de deasupra apei cu o pînză curată, iar teascul și capacul se spală bine cu apă ca și gura butoiului.

Observație: Cînd se așază varza, în dreptul cepului se pune un mănunchi de mărar uscat, care lasă loc apei să curgă mai ușor pe canea și împiedică să se așeze vreo căpățînă de varză, care ar face să curgă apa cu greu.

1312. Varza albă tocată la putină

Se alege varză albă, îndesată, bine coaptă. Se curăță de foile stricate, se spală și se toacă în fire subțiri. Cînd toată varza este tocată, se freacă cu sare măruntă, în cantitatea ca pentru mîncare, pînă se moaie varza bine.

Se așază apoi în putinică, în straturi, și se îndeasă bine. Pentru îndesat se folosește un drug de lemn, bine spălat. Varza astfel îndesată, își formează singură saramura. Deasupra se pune teasc și capac.

La fundul putinii se pune mărar uscat și se mai presară semințe de mărar uscat și printre verze.

Cine vrea, poate pune printre varza tocată și foi de varză întregi, pentru sarmale. Saramura trebuie să fie atît, cît să iasă pe deasupra verzei tocate.

Dacă se formează floare pe deasupra, se curăță (v. 1311).

1313. Conservarea zarzavatului pentru iarnă

Păstrarea la pivniță și pod

Păstrarea zarzavatului pentru iarnă în bune condiții depinde în primul rînd de întreținerea pivniței. Pivnița trebuie să fie bine uscată, să se poată aerisi direct și să aibă nisip uscat.

Zarzavaturile se așază în compartimente speciale. Pentru fiecare fel de zarzavat se rezervă un loc anumit.

Tot zarzavatul pentru iarnă se alege să fie mare, frumos, nepătat și întreg. Nu se duce la pivniță nici prea devreme, dar nici prea tîrziu și totdeauna bine uscat.

Morcovii, păstîrnacul, ridichile, țelina, toate se pot păstra în lăzi cu nisip, în felul următor: se despart prin scîndurele, mici compartimente. În fiecare din ele se așază cîte un fel de zarzavat, astfel: la fund se pune un strat mai gros de nisip, apoi zarzavatul culcat, pentru economie de spațiu, în rînduri drepte, schimbînd sensul fiecărei rădăcini: partea subțire — adică vîrful să fie alături de partea groasă — cotorul, fără să se atingă între ele. Cînd s-a completat toată suprafața, se pune al doilea rînd de nisip și se continuă astfel așezarea, pînă se termină cu un strat gros de nisip. Toate zarzavaturile se acoperă bine cu nisip, nu se lasă nici vîrfurile, nici cotoarele afară. Lada se acoperă cu un capac. Astfel așezate, nu cresc în timpul iernii, păstrîndu-și valoarea lor nutritivă.

Zarzavaturile crescute își pierd gustul și valoarea.

Pentru ca iarna să avem în permanență pătrunjel verde, se pot lăsa cîteva rădăcini afară din nisip, dar cel mai bun mijloc este să se pună cîteva rădăcini în putini găurite.

Varza dulce, albă și roșie. Se învelește fiecare căpățînă în jurnale și se păstrează atîrnate de o bară, cu cotorul în sus, fără să se atingă.

Conopida. Se învelește în frunzele ei verzi, se leagă bine, se poate înveli și în jurnale și se atîrnă de o bară, cu cotorul în sus, fără să se atingă bucată de bucată.

Cartofii. Se alege varietatea de cartofi care nu se sfărîmă la fiert. Se lasă o zi, două la umbră ca să se zvînte bine. Se aleg cei mici deoparte, cei tăiați sau loviți de altă parte și se păstrează pentru iarnă numai cei mari și neatinși, iar restul se consumă.

În pivniță se așază pe un strat de paie sau într-o ladă de șipci, pusă pe cărămizi și nu lipită de perete, pentru ca să se poată face circulația aerului mai bine.

Cartofii se controlează des, mai ales în iernile călduroase. Cei crescuți se curăță sau se consumă imediat. Spre primăvară se pot scoate afară, se curăță dacă au început să încolțească, se aerisesc, se zvîntă, dacă este nevoie, și se așază din nou în pivniță.

Se întrebuințează cei mai mici pentru preparatele la care se fierb întregi și se curăță de pieliță, iar cei mari pentru mîncările la care cartofii se curăță cruzi de coajă.

Toate zarzavaturile se pot păstra în silozuri (gropi sau șanțuri de pămînt). Se așază paie la fundul gropii și pe margine. Deasupra se acoperă cu o scîndură, peste care se pune pămînt.

Prazul. Se conservă în nisip, îngropat pe jumătate, cu frunzele în sus de-a lungul peretelui. Cel mai bun mijloc de păstrare este în silozuri. Prazul se culcă direct pe pămînt, fără paie. Se umblă la el și se scoate o cantitate mai mare, cînd se întrebuințează.

Ceapa se păstrează în funii și la loc uscat. Se ține o săptămînă sau două la aer, apoi se așază la pod, atîrnată. Podul se aerisește și ceapa se controlează cît mai des. Cînd iarna este geroasă și ceapa a înghețat, se lasă să se dezghețe pe loc, fără să se umble la ea. Dacă i se schimbă temperatura, ceapa se moaie și este pierdută. Lăsată pe loc să se dezghețe singură, se păstrează bine și devine mai dulce la gust. Ceapa nu se păstrează în pivniță, unde este mai umed.

Usturoiul se păstrează în funii. Nu se păstrează în pod, căci se usucă și se strică.

CONSERVAREA PRIN USCARE

1314. Uscarea legumelor (v. p. 379)

Legumele verzi ca fasolea, mazărea, se păstrează perfect prin uscare. Cînd afară este foarte cald, această uscare se

poate face direct în podul casei, mai ales la casele acoperite cu tablă.

Cînd timpul nu este destul de cald, uscarea se poate face și în cuptorul de pîine deschis — după ce s-a scos pîinea — în cuptorul mașinii și pe gratii, pentru ca legumele să aibă destul curent de aer cald care să usuce vaporii rezultați din legume.

Legumele se întorc pe o parte și pe alta pînă se termină uscarea. Se pun în săculețe de pînză și se păstrează la loc uscat.

Iarna, *la întrebuințare*, se spală, se țin în apă călduță pînă a doua zi. Apa în care stau servește apoi la pregătitul lor.

Observație : Felul cum se usucă legumele este de mare importanță. Uscarea lentă, pe lîngă pierderea vitaminelor, aduce și oxidarea lor. Uscarea rapidă formează un strat izolator la suprafața alimentelor care se opune oxidării. De aceea înainte de uscare, legumele se scufundă în apă clocotită și apoi se usucă la căldură mare.

1315. Uscarea fructelor

Prune de toamnă. Se aleg prune de toamnă, prune la care miezul se desprinde de sîmbure. Se desfac în două părți, despicîndu-le în lung, se scoate sîmburele și se așază pe gratii sau pe scîndurele. Se acopere cu un tifon și se țin la umbră ; la două zile se mișcă din loc fiecare prună și se întoarce pe cealaltă parte.

Prunele sînt uscate atunci cînd nu mai au suc.

Se strîng și se țin la loc uscat, în săculețe de tifon sau de pînză subțire.

Prune de vară. Prunele de vară, la care miezul nu se desprinde de sîmbure, se opăresc, turnîndu-se apă clocotită peste ele într-un vas. Se scurg bine într-o sită și se pun la uscat pe gratii. Se procedează apoi la fel ca la prunele de toamnă.

Se pot usca și în cuptorul de pîine, la o căldură uniformă, mai multe zile în șir.

Vișine — cireșe. Se procedează ca la prunele de vară.

Caise. Se procedează la fel ca la prunele de toamnă. Se afumă cu fum de pucioasă, ca să li se mențină culoarea, să nu mucegăiască și să nu facă viermi.

Mere — pere. Se taie merele și perele felii fără să li se curețe coaja. Se întind pe gratii, se acoperă cu tifon și se țin pînă se usucă bine. Se păstrează la loc uscat în lădițe sau în saci.

1316. Strîngerea și uscarea plantelor condimentare

Plantele condimentare sînt: pătrunjelul, mărarul, leușteanul, cimbrul, tarhonul, chimenul, frunza de țelină.

Uscarea plantelor se face în timpul verii, cînd plantele sînt tinere și în plină dezvoltare și vigoare. Se aleg frunzele, se spală, se lasă să se scurgă bine, se întind pe scînduri foarte curate și se lasă să se usuce. Totdeauna se usucă la umbră și curent de aer și se feresc de praf. Se întorc în fiecare zi și se lasă pînă se usucă perfect, căci altfel mucegăiesc.

Se pun în săculețe, care se țin atîrnate la un loc ferit de praf, o lună, două înainte de a le așeza în cutii.

Este de dorit ca în fiecare gospodărie să existe cutii speciale pentru fiecare fel de plante condimentare. Cele mai bune sînt cele de lemn, apoi cele de carton, care se pot face și în casă. Etichetate și frumos așezate, se păstrează în cămară.

Cimbrul și leușteanul se usucă și cu tulpină, se leagă în buchețe și se învelesc în hîrtie, pentru a fi ferite de praf.

Observație: Pentru a avea pătrunjel verde iarna, se procedează în modul următor: într-un vas de lemn sau de pămînt, găurit pe toată fața exterioară, atît cît să poată intra rădăcinile de pătrunjel, se înfig rădăcini de jur împrejurul vasului, se umple cu pămînt care se îndeasă bine și se udă. Se atîrnă în bucătărie sau în pivniță. Pătrunjelul crește verde de jur împrejur.

1317. Conservarea pastelor făinoase

Este bine ca orice gospodină să-și prepare pastele făinoase în casă, în timpul verii, cînd ouăle sînt mai ieftine și să le păstreze pentru iarnă. Este un aliment superior ca valoare nutritivă.

După ce s-au uscat bine, se păstrează în săculețe de pînză sau în cutii de lemn sau de carton, la loc uscat.

1318. Conservarea făinii de grîu

Făina se păstrează în saci, la foc foarte uscat. O dată sau de două ori pe an, se cerne pentru a se aerisi. În fiecare sac se pune un drob mic de sare, iar din cînd în cînd sacii cu făină se întorc de pe o parte pe alta.

1319. Conservarea grișului

Grișul se păstrează la loc foarte uscat: se aerisește din cînd în cînd, întinzîndu-se la aer, și se cerne dacă a făcut cocoloașe.

1320. Conservarea mălaiului

Mălaiul se încinge foarte uşor şi de aceea se vîntură des şi se aerisește. Se păstrează la loc foarte uscat, ca să nu mucegăiască. La căldură se încinge, iar la umezeală mucegăiește. Dacă prinde vreun miros, se întinde la soare 2—3 ore, întorcîndu-se mereu.

1321. Conservarea lămîilor

Lămîile învelite în foiţă se păstrează mai multă vreme, acoperite bine în făină.

MARMELADE

Reguli de observat

Marmelada se poate prepara din orice fel de fructe : caise, prune, căpşuni, afine, gutui, cireşe, coarne, pere, mere, corcoduşe, portocale, precum şi din legume dulci ca : dovleac, sfeclă, morcov, apoi roşii şi gogoşari etc. Se pot prepara din fiecare fructă separat sau se pot amesteca diferîte varietăţi de fructe, sau fructe cu legume.

Marmelada se prepară în cantităţi mici şi se fierbe la foc iute. De aceea trebuie amestecată continuu, pentru ca fructele să se zdrobească complet. Dacă se prepară în cantitate mai mare, se arde zahărul şi marmelada îşi schimbă gustul şi culoarea.

Fructele trebuie să fie cît mai coapte. Unele fructe se curăţă de coajă, altele se opăresc sau se fierb puţin şi apoi se cojesc. Oricum s-ar prepara marmelada, din coaja fructelor rămase de la marmeladă se pot prepara jeleuri sau o marmeladă de calitatea a II-a.

Uncle fructe se pun la fiert cu apă cît să le cuprindă, altele numai cu 3—4 linguri de apă. Cu cît o fructă conţine mai multă apă, cu atît se fierbe în lichid mai puţin.

Cantitatea de zahăr variază de la fruct la fruct, precum şi după gustul fiecăruia. Se pune zahăr de la 300 g în sus la 1 kg de fructe crude. Nu fermentează decît dacă nu este bine scăzută şi dacă este pusă caldă în borcane reci şi s-a acoperit imediat ce a fost turnată. În acest caz se produc vapori, care o dezleagă şi o fac uneori chiar să mucegăiască.

Marmelada, bine legată, se aşază fierbinte în borcane fierbinţi şi se lasă să prindă coajă pe deasupra. Pentru a prinde coajă, se pot pune borcanele în cuptorul maşinii, după ce s-a terminat focul.

Marmelada se încearcă dacă este bine legată, punînd puţină pe o farfurioară. Se lasă să se răcească şi dacă este bine închegată după ce s-a răcit şi nu lasă zeamă pe margine, înseamnă că este suficient de legată.

Pentru fiecare fel de fructe se socoteşte o cantitate diferită de zahăr pentru 1 kg de piureu de fructe. Această cantitate însă diferă şi după gustul fiecăruia :

Pentru 1 kg de piure de mere sînt necesare 250—400 g zahăr.
Pentru 1 kg de piure de prune sînt necesare 250—300 g zahăr.
Pentru 1 kg de piure de caise sînt necesare 500—800 g zahăr.
Pentru 1 kg de piure de gutui sînt necesare 500—600 g zahăr.
Pentru 1 kg de piure de corcoduşe sînt necesare 550—700 g zahăr.

1322. Marmeladă de pere

Pentru 1 kg de pere sînt necesare 400 g zahăr.

Se aleg pere bine coapte, se curăţă de coajă şi de sîmburi ; astfel curăţate se cîntăresc şi se pun la fiert : 1 kg de pere cu 3—4 linguri de apă. Se fierb pînă scad bine. Se trage vasul de pe foc şi se adaugă zahărul pisat. Se ţine vasul de o parte pînă se dizolvă tot zahărul, se pune apoi din nou pe foc iute şi se mai fierbe 10 minute, amestecîndu-se mereu, ca să nu se prindă de vas. Se toarnă imediat, fierbinte în borcane calde şi se ţine cîtva timp în cuptor cald.

1323. Marmeladă de mere

Se procedează la fel ca la marmelada de pere.

Cine doreşte îi mai poate adăuga sîmburi de nucă înainte de a o lua de pe foc.

1324. Marmeladă de prune

Prunele se opăresc şi se cojesc. La 1 kg prune, cîntărite fără coajă şi fără sîmburi, se adaugă 250 g zahăr pisat. Se lasă amestecul la rece 24 ore, apoi se fierbe o oră la foc iute, cu grijă să nu se prindă de vas. Se toarnă fierbinte în borcane fierbinţi.

1325. Marmeladă de mere, pere, piersici, prune, struguri etc.

Se curăţă merele şi perele de coajă şi de seminţe şi se taie în bucăţi. Prunele şi piersicile se opăresc, se curăţă de pieliţe şi sîmburi. Se cîntăresc şi se pun să fiarbă, amestecîndu-se mereu. Cînd sînt fierte şi apa a scăzut bine se adaugă 250—500 g zahăr la 1 kg de fructe. Se fierb apoi cu zahărul pînă se leagă bine cam 5—10 minute, se toarnă în borcane şi se păstrează la loc uscat. Strugurii se fierb separat şi se trec prin sită, apoi se amestecă cu restul de fructe.

1326. Marmeladă de caise

Caisele bine coapte se curăţă de coajă cu un cuţit neoxidabil, ca să nu se înnegrească. Pentru ca să nu se risipească miezul şi să se lucreze şi repede, este bine să se scufunde cîteva clipe caisele în apă clocotită, ceea ce face ca ele să se poată coji uşor. Se scufundă pe rînd, cam cîte 20—25 o dată, într-o sită, într-o strecurătoare sau într-o cîrpă.

După ce se curăţă de coajă, se rup imediat în jumătăţi şi li se scot sîmburii. Se cîntăresc şi se pun la fiert în vas

smălțuit. Se lasă să fiarbă, amestecîndu-se mereu. Cînd este bine scăzută, se adaugă zahărul 500—800 g la 1 kg de caise. Se fierbe mai departe la foc iute, pînă se leagă bine și se amestecă mereu timp de 5—10 minute, ca să nu se prindă de vas. Legată bine, se toarnă fierbinte în borcane fierbinți; rece se leagă și se pune la cămară.

1327. Marmeladă de corcodușe albe sau roșii

Se fierb corcodușele cu 3—4 linguri de apă și se dau prin sită. Se procedează apoi ca și la celelalte fructe cu adaos de zahăr de 450—600 g la 1 kg de piureu.

1328. Marmeladă din coji de mere, pere, gutui

Se pun cojile să fiarbă în apă, cît să le cuprindă. Cînd sînt bine fierte și apa a scăzut mai bine de jumătate se dau prin sită. Din nou se pun la fiert și cînd s-au legat bine, se adaugă 300—400 g zahăr la 1 kg de coji date prin sită. Se continuă fiertul pînă cînd s-a legat și se toarnă fierbinte în borcane fierbinți. Se lasă pînă ce a prins coajă pe deasupra, se leagă și se dau la cămară.

1329. Marmeladă de măceș

Se taie fructele de măceș în două, se curăță de firișoare și de semințe, se opăresc în apă clocotită, se spală în mai multe ape reci și apoi se pun la fiert cu puțină apă. Cînd s-au muiat, se trec printr-o sită deasă de păr. Se pun din nou la fiert și se adaugă 500—800 g zahăr la 1 kg de fructe, cîntărite după ce au fost trecute prin sită. Se fierb amestecîndu-se mereu, pînă se scad bine. Se toarnă fierbinte în borcane fierbinți.

1330. Marmeladă de portocale

5 portocale, 3 lămîi, 3 litri de apă, 1,500 kg zahăr.

Se desprinde coaja de la portocale și de la lămîi, se taie subțire ca tăițeii. Miezul de la portocale și de la lămîi se taie de asemenea în bucăți și se pun toate într-un vas cu apă, cît să le cuprindă. Se ține vasul acoperit două zile, apoi se pun la fiert în același vas. Se fierb pînă ce scade apa și se adaugă zahărul, trăgîndu-se vasul pe marginea mașinii. Se ține astfel 10—15 minute amestecînd mereu, apoi se pune din nou la foc iute și se fierbe pe deplin, pînă scade, ca orice marmeladă. Se așază fierbinte în borcane fierbinți. Se poate folosi ca gem.

1331. Marmeladă tonică

Se aleg prune brumării — de toamnă —, se despică în două, numai pe o parte, se scot sîmburii și așa desfăcute se așază într-o tavă: un rînd prune, un rînd zahăr, pînă ce se umple tava. Se toarnă vin — negru sau alb — pe deasupra și se bagă în cuptorul mașinii, după ce s-a terminat focul. Se repetă aceste operații 3—4 zile, pînă ce scade. Apoi se așază în borcan. Se poate servi și ca dulceață.

1332. Magiun de prune I

Prunele bine coapte se spală în mai multe ape, se scot sîmburii și se pun la fiert. Se amestecă tot timpul, ca să nu se prindă de fundul vasului. Cînd coaja se răsucește și prunele sînt aproape fierte, se dau prin strecurătoare, ca să se îndepărteze cojile. Se pun din nou la fiert, pînă scad bine, amestecîndu-se cu o lopățică, ca să nu se prindă de vas. Se fierb pînă scad astfel, încît dacă se înfige lopățica de amestecat în magiun, aceasta stă dreaptă.

Dacă prunele sînt foarte coapte și destul de dulci, magiunul se poate prepara și fără zahăr. Cine dorește poate adăuga 100 g zahăr la fiecare kilogram de magiun și poate pune și miez de nucă, înainte de a-l da jos de pe foc. Se toarnă fierbinte în borcane fierbinți.

Magiunul se păstrează mai bine în vase de pămînt smălțuite. Pentru ca magiunul să se păstreze bine, se pun borcanele pline în cuptorul mașinii nu prea fierbinte, pînă se formează deasupra magiunului o coajă. Se leagă apoi cu hîrtie pergament și se păstrează la loc uscat.

1333. Magiun de prune II

Se mai poate face un magiun de prune de calitatea a II-a, dacă se dau prunele cu coajă cu tot prin mașina de tocat carne. Se pune apoi la fiert și se procedează întocmai ca la magiunul de prune din rețeta precedentă.

1334. Magiun din dovleac

Se curăță dovleacul de coajă, se taie bucăți mici, se fierbe în apă cît să le cuprindă și se trece apoi totul prin mașina de carne și apoi prin sită. Se fierbe din nou, pînă se îngroașă, apoi se trage pe marginea mașinii și se adaugă zahăr, după gust. După ce s-a dizolvat zahărul, se fierbe la un foc iute, se adaugă puțină zeamă de lămîie sau marmeladă de corcodușe. Se fierbe pînă se leagă bine. Se mai poate

adăuga coajă de lămîie şi vanilie. Se aşază la borcan ca şi celelalte marmelade.

1335. Marmeladă de morcovi

500 g morcovi, 500 g zahăr, 3 lămîi.

Morcovii raşi se pun la fiert cu apă cît să-i acopere, împreună cu două lămîi rase întregi. Cînd sînt bine pătrunşi, se amestecă cu zahărul şi se fierb la foc domol 3—4 ore, amestecînd mereu. Se adaugă zeama de la o lămîie înainte de a se fi legat pe deplin. Se încearcă la fel ca orice altă marmeladă.

1336. Marmeladă de dovleac şi morcovi

Se fierb separat 2 kg dovleac curăţat de coajă şi tăiat în pătrăţele şi în alt vas 2 kg morcovi tăiaţi bucăţi şi 2 lămîi întregi. După ce s-au muiat bine, atît dovleacul cît şi morcovii se dau prin maşina de carne şi apoi prin sită şi se amestecă. Se adaugă 1 kg zahăr tos şi zeama de la 1 lămîie. Se pune din nou pe foc şi se leagă bine. Se toarnă fierbinte în borcane fierbinţi, dar nu prea mari, ca să se poată consuma repede, o dată borcanul deschis.

1337. Pastă de gutui

Se fierb 3 kg gutui şi $1^1/_2$ kg mere, tăiate bucăţi, cu apă cît să le acopere. Cînd sînt fierte bine de tot, se dau prin sită şi se pun din nou la fiert cu zeama lor. Se fierb pînă ce scad, se trage cratiţa de pe foc pe marginea maşinii, se adaugă 400—500 g zahăr la 1 kg de fructe şi vanilie sau scorţişoară după gust. Se trece din nou la fiert, pînă scade de tot. Se încearcă, punîndu-se într-o farfurie puţină pastă şi dacă la rece s-a întărit, înseamnă că este destul de legată. Se toarnă în forme udate cu apă rece. Formele se bat bine şi se scutură, pentru ca pasta să se aşeze uniform, şi se trec în cuptorul maşinii timp de trei zile consecutiv, după ce s-a stins focul.

După ce s-a întărit bine, se taie bucăţi, se presară cu zahăr pudră, se învelesc în hîrtie celofan şi se aşază în cutii.

1338. Pastă de caise

Se prepară la fel ca pasta de gutui.

1339. Fructe zaharate

Se leagă siropul ca pentru dulceaţă, adăugîndu-se şi zeamă de lămîie. Cînd siropul este foarte bine legat, se pun

fructele şi se lasă să fiarbă pînă ce siropul s-a legat bine de tot. Se scot fructele din sirop şi aşa fierbinţi, învelite în sirop, se aşază pe o tavă sau pe o farfurie de tablă şi se trec la cuptor după ce s-a stins focul. Această operaţie se repetă 2—3 zile la rînd. Fructele zaharate se păstrează în cutii.

COMPOTURI

Compoturile se conservă în borcane legate cu celofan sau în borcane speciale, închise cu gumă.

Conservele de fructe se prepară sterilizate în baia de apă sau numai înăbuşite în păturl.

Sterilizarea în baia de apă se face punînd fructele crude în borcan şi turnînd siropul fierbinte peste ele.

Sterilizarea prin înăbuşire se face turnînd în borcan compotul clocotind, gata preparat.

Compoturi sterilizate în baia de apă

Se aleg fructe nu prea coapte, proaspete şi fără pete. Se aşază în borcan cît mai bine îndesate şi pentru aceasta se bate bine fundul borcanului.

Fructele crude se aşază pînă la marginea borcanului, pentru că prin fierbere în baia de apă, scad. În afară de cazurile specificate la fiecare reţetă în parte, la fructe lichidul se toarnă clocotind, respectîndu-se indicaţiile date în această privinţă (v. p. 378).

Siropul trebuie pregătit proaspăt, iar nu păstrat de pe o zi pe alta.

Lichidul trebuie să rămînă la fructe 1 cm mai jos de marginea borcanului. Totul se lucrează foarte repede. Fructele să nu stea prea mult în borcan, siropul de zahăr să nu aştepte pe maşina de gătit etc.

Legarea borcanelor cu celofan se va face conform instrucţiunilor generale (v. p. 379).

Cantitatea de zahăr specificată la fiecare reţetă poate fi mărită sau micşorată, după gust şi după fructe.

Cazanul cu borcanele se dă jos de pe maşină imediat ce s-a terminat sterilizarea, se scoate grătarul cu borcanele fierbinţi, cu grijă să nu fie curent de aer rece şi se acoperă imediat borcanele cu o cîrpă groasă sau se lasă în cazan pînă ce se răceşte apa.

Borcanele sterilizate se păstrează la loc uscat şi rece. Ele se controlează săptămînal şi dacă se desface capacul sau dacă începe să se tulbure conţinutul, înseamnă că sterilizarea nu s-a făcut în bune condiţii.

Compoturi sterilizate prin fierbere şi înăbuşire în păturl

Se dizolvă zahărul în apă fierbinte şi se pune pe maşină să dea cîteva clocote. Se adaugă fructele şi vanilia. Se fierb acoperit, pînă ce s-au muiat fructele. În timpul fiertului nu se amestecă. Cînd este gata, se toarnă clocotind în borcanele fierbinţi, cine doreşte adaugă şi o lingură de alcool ; borcanul se leagă imediat cu celofan şi imediat se învelesţe în păturl groase, unde rămîne pînă ce se răceşte complet. Reci, se trec la cămară, unde pot fi păstrate pînă la doi ani.

Acest mod de preparare și conservare are avantajul că este mai ușor, fructele rămîn mereu îmbibate cu sirop, păstrîndu-și o culoare frumoasă și uniformă, pe cîtă vreme prin fierbere pe baia de apă siropul scade și unele din fructele de deasupra își schimbă culoarea.

1340. Compot de cireșe

Siropul : 250 g zahăr la 1 litru apă.
Durata sterilizării : 25 minute la 80°C.

Se aleg cireșe nu prea coapte, proaspete și cărnoase ; se spală, se rup codițele și zvîntate se pun în borcane cît mai îndesat. Se toarnă deasupra siropul fierbinte și se sterilizează în baia de apă sau se fierbe un compot obișnuit, se adaugă o lingură rom sau alcool, se toarnă fierbinte, se leagă cu celofan și imediat se învelesc borcanele în pături groase.

1341. Compot de vișine

Siropul : 400 g zahăr la 1 litru apă.
Durata sterilizării : 25 minute la 80°C.

Se procedează la fel ca la compotul de cireșe.

1342. Compot de coacăze

Siropul : 500 g zahăr la 1 litru apă.
Durata sterilizării : 10 minute la 75°C.

Coacăze mari și proaspete se spală, se zvîntă, se rup codițele, se așază în borcane cît mai îndesat. Se toarnă siropul fierbinte și se sterilizează în baia de apă, sau se procedează ca la compotul de cireșe.

1343. Compot de zmeură

Siropul : 300 g zahăr la 1 litru apă.
Durata sterilizării : 10 minute la 75°C.

Zmeura perfect proaspătă, aleasă bob cu bob, se așază în borcan cu grijă și cît mai îndesat. Se toarnă deasupra soluția de zahăr fierbinte și se sterilizează încet în baia de apă sau se procedează ca la compotul de cireșe.

1344. Compot de mure

Siropul : 600 g zahăr la 1 litru apă.
Durata sterilizării : 10 minute la 75°C.

Se procedează la fel ca la compotul de zmeură. Singura deosebire este că se pune zahăr mai mult.

1345. Compot de caise coapte

Siropul : 300 g zahăr la 1 litru apă.
Durata sterilizării : 20 minute la 75°C.

Fructele întregi cu sîmburi se încălzesc cu 10 minute mai mult.

Caise, nu prea tare coapte, se spală și se lasă să se zvînte. Se scot sîmburii și se taie în jumătăți. Se așază îndesate bine în borcan. Pentru a le da un gust mai parfumat, cine vrea poate adăuga și cîțiva sîmburi cojiți, la fiecare borcan. Se toarnă siropul fierbinte și se sterilizează în baia de apă sau se procedează ca la compotul de cireșe. Cine dorește, poate curăți caisele de coajă.

1346. Compot de piersici

Siropul : 500—600 g zahăr la 1 litru apă pentru fructele tăiate în jumătăți ;
400 g zahăr la 1 litru apă pentru fructele întregi :
800—900 g zahăr la 1 litru apă pentru piersici roșii.
Durata sterilizării : 20 minute la 75°C.

Se aleg piersici nu prea tare coapte, se curăță de coajă, se taie în jumătăți, se scot sîmburii și se așază îndesat în borcan. Se toarnă siropul fierbinte și se sterilizează în baia de apă (v. și 1340).

1347. Compot de gutui

Siropul : 500 g zahăr la 1 litru apă.
Durata sterilizării : 30 minute la 80°C.

Gutui bine coapte, curățate de coajă și de sîmburi, se taie sferturi și se țin 30 minute într-un șervet muiat în apă sărată, ca să-și păstreze culoarea. Se pun la fiert într-un sirop preparat cu puțin zahăr și se fierb pînă se pot străpunge ușor. Se scot gutuile din sirop, se scurg bine, se așază în borcan, se toarnă siropul, la care s-a adăugat și siropul în care au fiert gutuile, și se fierb în baia de apă sau se înăbușe între pături.

1348. Compot de corcodușe

Siropul : 500 g zahăr la 1 litru apă.
Durata sterilizării : 20 minute la 75°C.

Corcodușe galbene sau roșii, mari, cărnoase, și nu prea tare coapte, se spală, se zvîntă și se așază îndesat în

borcane. Se toarnă siropul rece peste fructe şi se fierb în baia de apă sau ca la compotul de cireşe (v. 1340).

1349. Compot de prune

Siropul : 400 g zahăr la 1 litru apă.
Durata sterilizării : 20 minute la 75°C.

Prune proaspete, cărnoase, nu prea tare coapte, se pun într-o sită de păr şi se cufundă într-un vas cu apă clocotită. Se lasă astfel 1—2 minute, după cum au coaja mai groasă sau mai subţire. Imediat ce se scot din această apă clocotită, se cufundă în apă rece. Pieliţa crapă şi prunele se pot curăţa foarte uşor. Prunele curăţate de pieliţă şi fără sîmburi se aşază în borcan, bine îndesate. Se toarnă siropul fierbinte şi se sterilizează în baia de apă sau se înăbuşe între pături după ce a dat cîteva clocote şi a fost imediat legat cu celofan.

1350. Compot de afine

Siropul : 250 g zhăr la 1 kg de afine.
Durata sterilizării : 20 minute la 80°C.

Se aleg afinele din ajun, se spală şi se scurg foarte bine. Se pun într-un castron cu zahărul pisat şi se ţin la răcoare pînă a doua zi. Se aşază îndesat în borcane şi se toarnă deasupra sucul ce şi-au lăsat în castron. Se fierb în baia de apă sau ca la compotul de cireşe (v. 1340).

1351. Compot de pere

Siropul : 250 g zahăr şi 1 litru apă.
Durata sterilizării : 20—50 minute la 90°C după varietatea perelor.

Fructe de aceeaşi varietate se cojesc, se taie în sferturi sau în jumătăţi, li se scot seminţele şi miezul şi ca să-şi păstreze culoarea albă, se ţin într-un şervet muiat în apă sărată, atît timp cît se curăţă fructele necesare pentru umplerea unui borcan ; se aşază imediat în borcane, bine îndesate, se toarnă siropul fierbinte şi se fierb în baia de apă sau ca la compotul de cireşe (v. 1340).

1352. Compot de mere

Se procedează la fel ca la compotul de pere.

1353. Compot de dovleac

Siropul : 400—500 g zahăr la 1 litru apă.
Durata sterilizării : 30—50 minute.
Zeama de la 1 lămîie, 1 baton vanilie, 100 g rom.

Dovleacul tăiat în diferite forme se ţine 30—40 minute în apă de var. Se scoate, se spală în 4—5 ape reci. Se prepară siropul şi se pune la fiert. După ce dă cîteva clocote, se adaugă dovleacul, zeama de lămîie şi vanilia. Se fierbe acoperit, pînă ce se leagă siropul şi s-a muiat dovleacul. În timpul fiertului, nu se amestecă. Cînd este gata, se toarnă fierbinte în borcane, se adaugă romul, se leagă borcanele şi se fierbe în baia de apă sau se învelesc între pături.

1354. Compot de pere şi coarne

1 kg de coarne, 3 kg pere curăţate de coajă şi de seminţe, 1 kg zahăr pisat.

Perele tăiate felii şi coarnele cu sîmburi se aşază din ajun într-un vas smălţuit, cu zahărul şi se lasă pînă a doua zi, cînd se pun pe foc să dea 2—3 clocote. Se toarnă fierbinte în borcane şi se sterilizează în baia de apă sau se pune între pături groase să se înăbuşe.

1355. Fructe conservate pentru prăjituri

Prune fără sîmburi, cireşe, vişine, afine.
Durata sterilizării : 30 minute la 80°C.
Se conservă fără zahăr.

Fructele bine spălate, scurse de apă, se aşază îndesat în borcane şi fără să li se toarne lichid, se leagă borcanele şi se sterilizează în baia de apă. Cine doreşte presară 1—2 linguri de zahăr tos printre fructe.

Astfel conservate, fructele se pot folosi la prăjituri cu fructe, la găluşti cu prune, ştrudel, plăcintă etc.

Iarna se pot pune în sirop şi se transformă în compot.

1356. Mere pentru plăcintă şi ştrudel

3 kg mere, 2 pahare zahăr.

Merele fie cu coajă, fie curăţate de coajă, se rad. Pe măsură ce se dau prin răzătoare, se pun în cratiţă, pe foc, cu zahărul respectiv, ca să nu se înnegrească. Se lasă pe foc moale, pînă ce scad, amestecîndu-se mereu ca să nu se ardă zahărul. Bine scăzute, se aşază fierbinţi în borcane calde şi se fierb în baia de apă 20 minute.

1357. Compot de caise

2,500 kg caise, 750 g zahăr, 50 g alcool sau rom, 3 g acid salicilic.

Se spală caisele, se scurg, li se scot sîmburii aşa fel ca fructele să rămînă întregi. Se prepară un sirop nu prea tare legat, din 750 g zahăr şi 1/2 litru apă. Se opăresc fructele, pe rînd, cîte puţine, în acest sirop clocotit, care rămîne pe maşină. Pe măsură ce se scot din sirop, se aşază în borcane. Restul siropului se mai leagă, nu prea tare, şi se toarnă peste fructe. Se acoperă borcanele cu tifon şi se lasă 24 ore. După aceea se dizolvă acidul salicilic în alcool şi se toarnă în sirop fără să se amestece. Se leagă borcanul şi se aşază într-un loc unde nu se mai umblă pînă la întrebuinţare.

1358. Compot din diferite fructe

(vişine, caise, prune de vară, prune de toamnă, piersici roşii, piersici albe, pere şi gutui)

Acest compot se prepară pe măsură ce apar fructele în timpul verii, şi se pune într-un borcan mai mare, care să cuprindă întreaga cantitate de fructe şi de sirop.

Cantităţi: 8 kg fructe, cîte 1 kg din fiecare varietate, 2 kg zahăr, 4 pahare apă, 100 g alcool, 100 g rom, 8 g acid salicilic.

Se dizolvă zahărul în apă şi se pune să clocotească. După cîteva clocote se dă jos de pe foc şi se adaugă 5 g de acid salicilic. Se trece din nou la fiert şi se cufundă fructele, primele care apar şi care de obicei sînt vişinele. Se lasă să clocotească 2 minute. Se scot apoi cu o spumieră, uşor ca să nu se zdrobească, şi se aşază în borcanul perfect uscat. După ce s-au scos toate fructele, în sirop se adaugă 50 g din alcool şi romul tot. Se toarnă lichidul cald peste fructe. Se leagă borcanul cu celofan şi se dă la cămară, ferit de umezeală.

Cînd apar caisele, se scurge siropul din borcan, se pune la foc şi cînd clocoteşte, se cufundă caisele, spălate, scurse şi fără sîmburi şi se lasă să clocotească 2 minute. Se scot cu spumiera şi se aşază în borcan peste vişine. Siropul cald se toarnă peste fructele din borcan.

Pe măsură ce apar celelalte fructe se procedează la fel.

După ce s-a terminat de adăugat în borcan ultima varietate de fructe şi s-a turnat şi siropul, se dizolvă restul de

3 g de acid salicilic și restul de 50 g alcool. Se toarnă deasupra conținutului din borcan, fără să se amestece.

Se leagă borcanul definitiv și se dă la cămară. Nu se mai umblă la borcan, pînă cînd se consumă.

SIROPURI

1359. Sirop de zmeură

1 kg zahăr, 1 kg zmeură.

Pentru siropul de zmeură se preferă zmeura de pădure, fiindcă este mai aromată. Se strivește cu mîna într-un vas și se umple cu ea așa strivită borcane mari de sticlă pînă la trei sferturi. Se leagă cu hîrtie albă și se ține 6 zile la soare, ca să fermenteze. După 6 zile se pune la scurs în săculețe de pînză și în sucul rezultat prin scurgere se adaugă zahărul. Se pune la fiert și se lasă să clocotească 20 minute, din momentul cînd a început să fiarbă. Fierbinte, se toarnă în sticle fierbinți și se înfundă imediat cu dopuri de plută sau se leagă cu celofan și se învelesc în pături. A doua zi, cele astupate cu dopuri de plută se ceruiesc. Din resturile de zmeură rămase în săculeț se poate prepara marmeladă.

1360. Sirop de mure

Se prepară la fel ca siropul de zmeură.

1361. Sirop de mure nefiert

Zeama de fructe, proaspăt obținută prin presare, se strecoară, se freacă imediat cu zahăr, în proporția următoare: 1 litru zeamă și $1^1/_2$ kg zahăr. După ce s-a dizolvat bine zahărul, se toarnă în sticle mici, se înfundă cu dop, se păstrează la cămară nefierte și nesmolite.

1362. Sirop de zmeură nefiert

Se sfărîmă zmeura, se strecoară și se lasă la răcoare 24 ore. Se scurge apoi zeama limpede. Se pune la încălzit pe foc această zeamă și i se adaugă o cantitate îndoită de zahăr. După ce s-a dizolvat zahărul la foc moale, se toarnă în sticle și se leagă cu celofan. Se dau sticlele la cămară, la rece.

Orice fel de carne : de vacă, porc, pasăre, peşte, vînat se poate conserva fiartă, friptă sau preparată în mîncări, cu condiţia ca să fie perfect sănătoasă şi foarte proaspătă şi să fie perfect izolată de contactul cu aerul.

Conţinutul se pune fierbinte în borcan, şi se umple borcanul numai pe trei sferturi : zeama rezultată de la fiert sau de la fript nu trebuie să treacă de jumătatea borcanului. Se toarnă fierbinte în borcane.

Încălzirea se face încetul cu încetul, începînd de la temperatura aproximativă a alimentelor ce se află în borcan.

Pentru mai multă siguranţă, conservele se fierb două zile consecutiv şi se controlează mereu.

În cazul cînd conţinutul se tulbură sau îşi schimbă culoarea, înseamnă că n-au fost bine lucrate şi ca atare nu se mai pot păstra.

Conservele preparate în borcane legate cu celofan se fierb cîte o oră, două zile consecutiv.

Se pot conserva orice fel de mîncări pregătite cu carne ca : ghiveci, ardei şi roşii umplute, dovlecei umpluţi, vînat cu măsline, pilaf de pasăre etc. (Durata sterilizării : 60 minute la 98°C).

Observaţie : La aceste mîncări nu se va pune făină, urmînd a se adăuga la sosul ce li se va face (cine obişnuieşte) după deschiderea borcanului.

La ardei şi la roşii se vor înlătura cu grijă seminţele şi cotoarele.

1363. Conservarea fripturilor

Durata sterilizării : 60 minute la 93°C.

Şniţel în pesmet, şniţel natur, chifteluţe, pulpă de viţel, de miel sau de porc împănate, pasăre friptă, peşte prăjit, vînat fript, se pregătesc întocmai cum fiecare obişnuieşte, aşa ca şi cum ar urma să fie servite la masă.

Se aşază în borcan, se toarnă grăsimea şi zeama rămasă de la prăjit, fierbinţi, se închide borcanul şi se fierbe în baia de apă.

La desfacerea borcanului carnea se poate pregăti în orice fel, nu numai friptură.

1364. Conservarea cărnii pregătite pentru musaca

Durata sterilizării : 60 minute la 98°C.

Carnea tocată, preparată ca pentru musaca, se aşază în borcan fierbinte şi se închide borcanul. Se fierbe în baia de apă. Iarna se poate pregăti orice musaca, tăiţei cu carne etc.

1365. Conservarea cărnii rasol

Durata sterilizării : 60 minute la 98°C.

Rasolul se fierbe în apă sărată, numai cu ceapă. Se așază cald în borcan, iar deasupra se toarnă supa fierbinte pînă la jumătatea borcanului. Se închide și se fierbe în baia de apă.

1366. Conservarea peștelui rasol

Durata sterilizării : 60 minute la 98°C.

Pește mare, fără oase, pregătit rasol, se pune în borcan cu zeama lui și se fierbe în baia de apă.

1367 Marinată de pește conserve

Se curăță peștele, se spală, se taie bucăți și se lasă să stea jumătate de oră cu sare. Se zvîntă într-o cîrpă curată și se prăjește în ulei.

Se rade ceapa într-o cratiță, se amestecă cu făină și sare, 1—2 căpățîni de usturoi tăiat în bucățele, bulion sau roșii, se toarnă deasupra uleiul rece și se înăbușe, fără să se prăjească, picurînd din cînd în cînd oțet. Se potrivește de acru, adăugîndu-se apa necesară, piperul, foile de dafin, ienibaharul și se lasă să fiarbă bine. Cînd este gata, se adaugă bucățile de pește prăjit, se mai lasă să clocotească și se toarnă în borcane, se leagă și se fierb în baia de apă.

1368. Conservarea vînatului

Se poate conserva oricare preparat de la capitolul „Vînaturi". Se umplu borcanele după cum se arată în instrucțiunile generale și se fierbe în baia de apă cîte o oră, două zile consecutiv.

CONSERVAREA CĂRNURILOR ȘI A GRĂSIMILOR

1369. Sărarea și afumarea cărnii

Carnea proaspăt tăiată se șterge de sînge cu o cîrpă, se sărează bine cu sare măruntă, se așază apoi într-o copaie și se lasă la un loc nu prea cald 8 zile. Peste carne se mai presară cățel de usturoi, piper, ienibahar și foi de dafin.

După patru zile de la sărare, se schimbă carnea astfel, încît cea de la fundul vasului să vină deasupra și se mai lasă să stea astfel încă 4 zile. În tot acest timp, carnea trebuie să fie acoperită cu o cîrpă curată. După ce a stat în sare timpul necesar, fiecare bucată se moaie bine în saramura ce singură și-a lăsat și se pune 1—2 zile la aer să se zvînte. Se trece apoi la fum, în afumători speciale, în podul casei sau într-un dulap sau butoi transformate în afumători.

Carnea se ține la fum 4—5 zile. Afumarea se face cu multă grijă și astfel, încît fiecare bucată de carne să fie împresurată din toate părțile de fum. Pentru aceasta se leagă cîte 2 bucăți de carne cu sfoară și se atîrnă una mai sus, alta mai jos. Fumul să fie rece, cîte puțin și fără întrerupere. Focul se face cu grijă să nu fie prea aproape de carne, căci căldura topește grăsimea. Fumul se obține din coceni de porumb sau rumeguș de lemn aprins. Fumul usucă și conservă bine carnea, împiedicînd putrefacția.

Carnea afumată se păstrează la cămară, la loc uscat și răcoros, învelită în hîrtie albă.

În acest mod se pot afuma peștele, carnea de oaie, vacă, porc, pasăre, slăninuțe, șunci etc.

Afumătoarea se pregătește astfel: se sapă două gropi la distanță de 1 m, între care se sapă un mic tunel acoperit de scînduri. Pe una din gropi se așază o ladă în care sînt atîrnate șuncile. Se acoperă, se face foc în cealaltă groapă pentru producerea fumului care trece prin tunel pînă la carne. Se poate întrebuința o ladă mai înaltă sub care să se facă foc, cu condiția ca focul să producă numai fum. Primul procedeu este însă fără greș.

1370. Prepararea șuncilor

Pulpele de porc se curăță de grăsime, se scoate osul, se freacă cu silitră pînă devin albe și se lasă cel puțin 4 ore după ce au fost astfel frecate, apoi se sărează bine pînă ce se albesc cu totul (cam 3 mîini de sare pentru o șuncă, dar cantitatea de sare este în raport cu mărimea șuncii).

Șuncile sărate se lasă într-o putină 3—4 zile, ca să-și ia bine sarea și apoi se mai toarnă peste ele o saramură concentrată, pregătită astfel: 50 g silitră, 20 g foi de dafin, 200 g piper negru, 200 g ienibahar, 100 g coriandru se fierb în apă, iar la urmă se adaugă 250 g sare. Se lasă să se ră-

cească și rece de tot se toarnă peste șuncă. Șuncile se țin în saramură 12—14 zile. În tot acest timp se întorc pe o parte și pe alta, astfel încît cele de la fundul vasului să vină deasupra. Vasul cu șuncile în saramură nu se ține în cameră prea rece, dar nici la căldură. După ce au stat cît trebuie la saramură, se scot, se spală cu apă rece, se zvîntă puțin, se dă boia de ardei peste întreaga suprafață a șuncilor și se atîrnă la aer 2—4 zile, ca să se zvînte bine.

Se leagă cu sfoară, dîndu-le forma de șunci și se pun la fum. Ca și la carne, fumul se face cîte puțin și fără întrerupere, timp de o săptămînă. Șuncile afumate se păstrează în cămară uscată și bine aerisită. Iarna se mai pot păstra învelite în hîrtie și atîrnate la pod. Se pot păstra foarte bine în lăzi, fiecare bucată separat învelită în hîrtie și așezate în straturi de cenușă. Cine dorește poate prepara șunca cu șorici fără să-i scoată grăsimea.

1371. Fierberea șuncilor

Șuncile afumate se pregătesc pentru fiert astfel: se curăță și se rade bine fiecare șuncă, se ține în apă călduță ca să se moaie și apoi se pun la fiert în apă amestecată cu vin în cantități egale, cu următoarele mirodenii: piper, ienibahar, foi de dafin. Se fierb 2—3 ore, după cît este carnea de bătrînă și se lasă să se răcească în zeama în care au fiert.

Șunca se mai poate fierbe și în zeamă de varză, cantități egale de apă și zeamă de varză.

1372. Pregătirea șuncilor prin coacere

Se prepară un aluat de tăiței (v. 916), în care se adaugă 1—2 linguri de grăsime. Se îmbracă șunca în întregime în acest aluat, gros cam de 1 cm. Se pune la copt la foc potrivit și se coace atît, cît să fie șunca bine pătrunsă de foc. Se poate servi în aluat sau dezbrăcată de aluat.

1373. Prepararea slăninii afumate

Pentru afumat, se alege slănina din părțile laterale și de pe burtă. Se șterge slănina de sînge cu o cîrpă udă, se curăță, se taie bucăți dreptunghiulare, se freacă bine cu sare și se mai presară și un strat pe deasupra, astfel încît slănina să fie albită complet de sare. Se așază apoi într-un vas, de preferință de lemn, și se păstrează la loc nu prea rece. Bucățile se așază astfel: prima bucată cu șoriciul

în jos, a doua cu șoriciul în sus, urmînd tot astfel cu toate bucățile. Între bucăți se poate presăra usturoi pisat.

Slănina se ține la sare 8—10 zile. Între timp, din 3 în 3 zile se întorc bucățile: cele care au stat cu șoriciul în sus se așază cu șoriciul în jos, muindu-se fiecare bucată în saramura lăsată de slănină în vas.

După 10 zile, bucățile de slănină se iau și se pun pe o masă cu șoriciul în jos. Se presară pe deasupra boia de ardei și cu o cîrpă curată se freacă bine fiecare bucată, întinzînd boiaua uniform pe toată suprafața slăninii. Se lasă să stea astfel 5 ore, apoi se atîrnă la aer să se zvînte și se trec la fum unde se țin 5 zile.

Burta de porc se pregătește ca și slănina, însă se ține la sare mai puțin, iar la fum numai 2—3 zile, pentru că este mai subțire.

1374. Păstrarea afumăturilor

Toate afumăturile se păstrează astfel: fiecare bucată se învelește în hîrtie albă și se așază într-o ladă un strat de cenușă, un rînd de bucăți. Vara, bucățile mai mici se pot păstra și în sobă.

1375. Prepararea tobei

Se spală foarte bine burta în apă cu oțet.

O jumătate de cap de porc cu șorici, fără bot, un rinichi, o limbă, o bucată bună de carne de la spate, puțin șorici, puțină slănină, piper, o jumătate de linguriță de ienibahar și sare, se fierb toate, afară de slănină. După ce au fiert, se lasă să se răcească, se taie în felii lungi, cam de 5—6 cm. Limba fiartă se curăță de pieliță, se înfășoară întreagă în șorici, slănina crudă se taie pătrățele. Se mai adaugă sînge și cam trei polonice de zeamă în care au fiert și se începe umplerea tobei. Așezarea: la fund se pun fîșiile așezate frumos în lungime, unele peste altele, la mijloc limba și deasupra restul de fîșii. După ce s-a umplut bine, se coase burta cu ață și se pune la fiert în aceeași zeamă în care a fost și carnea. Se înțeapă din loc în loc și se fierbe la foc moale cam $^3/_4$ de oră. Dacă fierbe prea mult, plesnește. După ce a fiert, se scoate și se pune la presă între două scîndurele, cu o greutate deasupra. Se lasă astfel 24 ore, apoi se trece la fum sau se servește neafumată.

1376. Lebărvurşt

O jumătate de ficat, o bucată de carne de la spate, rinichi, 3 cepe prăjite în grăsime, puţin piper, o jumătate linguriţă de ienibahar, 1 pahar lapte, 2 ouă, 1/2 kg slănină.

Carnea, ficatul şi rinichiul se fierb şi se trec de 2—3 ori prin maşina de tocat carne. Se frămîntă toate la un loc, se adaugă laptele şi ouăle întregi crude, piperul şi ienibaharul pisate, sarea, ceapa prăjită şi slănina tăiată pătrăţele mici. Se frămîntă mult. După ce s-au amestecat toate foarte bine, se umplu maţele pregătite din vreme şi se leagă capetele cu sfoară. Se fierb cu mare grijă ca să nu plesnească. Pentru aceasta zeama în care se pun la fiert nu trebuie să fie prea fierbinte în momentul cînd se pun la fiert. Se fierb încet, pe colţul maşinii, cam trei sferturi de oră. După ce au fiert se dau la rece.

1377. Caltaboşi I

O bucată de carne de porc, cam de 1 kg, bojoc, ficat, inimă, trei linguri de orez, ceapă prăjită multă, piper, sare.

Carnea se dă prin maşină, se amestecă bine, se adaugă orezul fiert, ceapa prăjită, sare, piper. Se umplu maţele, nu prea tare, se leagă la capete cu sfoară şi se pun să fiarbă la foc slab. Din cînd în cînd se înţeapă, ca să nu plesnească. Caltaboşii se servesc calzi, în zeama lor şi cu hrean. Dacă se păstrează mai mult timp, se pun la fum.

1378. Caltaboşi II

Carne de la osînză (grasă), rinichi, splină, jumătate de ficat şi o bucată de carne se fierb, se trec prin maşina de tocat de două ori cu cîteva cepe, se adaugă sare şi piper, se frămîntă totul cu mîna şi se umplu maţele. Se pun la fiert la foc moale, ca să nu plesnească şi se înţeapă tot pentru acelaşi motiv. Se scot de la fiert şi se pun la presat între două scîndurele, cu o greutate deasupra. Se servesc reci.

1379. Chişcă moldovenească

Carne de la gît, carne de la fălci, sînge, păsat (o sămînţă specială care se găseşte de cumpărat în comerţ). În loc de păsat se pot folosi crupe de porumb. Carnea se dă prin maşină şi se amestecă cu sîngele şi cu păsatul în proporţie de două părţi carne şi o parte păsat sau crupe opărite.

Se umple maţul, nu prea mult însă. La fiecare capăt al maţului se toarnă puţină apă, pentru că păsatul prin fierbere îşi măreşte volumul, se leagă, se pune la fiert şi apoi puţin la fum.

Chişca se serveşte friptă la tigaie, cu mămăliguţă.

1380. Cîrnaţi

Toate rămăşiţele de carne moale de pe oase, nu prea grase, de la porc, se curăţă de zgîrcituri, se amestecă cu puţină carne de viţel sau de vacă şi se dau toate prin maşina de tocat carne. Se adaugă sare, piper, se subţiază cu zeama de carne rece şi cu zeamă de usturoi. Se frămîntă cu mîna foarte bine şi se umplu maţele. Cîrnaţii sînt mai buni numai din carne de porc ; sînt şi mai gustoşi dacă tocăm carnea cu satîrul sau cu tocătorul. Cîrnaţii preparaţi astfel se numesc trandafiri olteneşti.

Cîrnaţii se pot consuma proaspeţi sau dacă se păstrează mai mult de trei zile, trebuie puşi la vînt ca să se zvînte puţin şi apoi două zile la fum slab.

1381. Pregătirea maţelor

Pentru cîrnaţi se folosesc maţele subţiri, pentru caltaboşi maţul gros, iar pentru tobă, burta.

Curăţarea acestora se face în modul următor : atît burta, cît şi maţele se curăţă de materiile care ar mai fi rămas pe ele, se rad cu muchia cuţitului, se întorc pe dos, se rad la fel, apoi se spală şi pe faţă şi pe dos, în mai multe ape reci cu oţet.

Este bine să se folosească un cuţitaş de lemn, căci altfel se pot rupe maţele. Cele groase şi burta se lasă să stea cîteva ore cu ceapă tăiată şi cu sare, ca să le dispară mirosul. Se limpezesc apoi cu apă rece, se opăresc şi se ţin în apă rece pînă ce se folosesc.

Cîrnaţii se prepară astfel : se introduce maţul în întregime pe gîtul pîlniei de cîrnaţi fixată mai înainte la maşina de tocat carne. La capătul cu care se începe, se suflă puţin aer ca să se desfacă pieliţa, apoi se umplu maţele. Se lucrează repede şi nu se lasă goluri de aer.

1382. Carne de porc conservată proaspătă

Carnea se sărează bine şi se ţine trei zile într-un vas. Se scoate de la sare şi se ţine la vînt două zile. Se aşază apoi într-un borcan şi se toarnă pe deasupra untură

topită călduță, astfel încît untura să acopere carnea cam 2—3 cm pe toate părțile. Se păstrează la loc rece și uscat. Carnea astfel păstrată își menține gustul de carne proaspătă. La întrebuințare se desărează.

1383. Carne de porc conservată friptă în untură

Carnea de porc se frige, se dă sare cît trebuie, se așază în borcane și deasupra se toarnă untură călduță, atît cît s-o acopere de 2—3 degete. Se păstrează la loc rece și uscat. Ține bine timp de 10—12 luni.

1384. Conservarea cărnii pe durată scurtă

Carnea se păstrează proaspătă 2—3 zile la gheață, se fierbe, se frige necomplet și în fiecare zi se mai fierbe sau se mai frige pînă se prepară definitiv.

1385. Cum se păstrează alimentele pregătite de pe o zi pe alta

Pentru a păstra orice aliment preparat, atunci cînd nu există răcitor, se procedează în modul următor: dimineața și seara se pune preparatul la foc și se lasă să dea cîteva clocote. Bacteriile se distrug și alimentele se pot consuma fără nici o grijă.

În felul acesta se păstrează 2—3 zile mîncări pregătite, lapte, supe etc. Mîncările nu trebuie preparate în mare cantitate, deoarece reîncălzite repetat, își pierd gustul și se distrug substanțele hrănitoare.

1386. Pastramă de miel

Se scot toate oasele mici și mari de la miel. Se sărează carnea bine și se lasă într-un vas să stea trei zile. Se scoate și se pune la teasc pe o planșetă, puțin aplecată, ca să se poată scurge zeama; teascul se ține la loc aerisit, în curent de aer, timp de trei zile. Apoi se scoate și se pune la vînt să se zvînte și bine zvîntată se poate consuma.

1387. Peștele afumat

Peștele se sărează la fel cum se sărează șuncile, se înșiră pe sfoară și se ține la vînt mai multe zile, după mărima peștelui. Se pune apoi la fum iute și cald.

CONSERVAREA GRĂSIMILOR

1388. Conservarea untului proaspăt

1. Untul proaspăt, scurs bine de zer, spălat în mai multe ape și bine presat, astfel încît să nu mai conțină de loc

apă, se poate păstra pînă la 15 zile, învelit în hîrtie pergament, la gheață.

2. Se păstrează într-o oală de pămînt bine îndesat și acoperit cu o cîrpă sau un tifon, peste care s-a pus un strat de sare.

3. Se păstrează într-o oală cu saramură concentrată pe deasupra. Oala se leagă cu o cîrpă. Atunci cînd se consumă untul, se ridică tifonul cu sarea, se ia unt, se netezește la loc și se așază din nou tifonul cu sarea pe deasupra. Dacă are saramură pe deasupra, se scurge, iar după ce s-a luat unt, saramura se pune din nou deasupra.

4. Untul proaspăt se păstrează foarte bine pus într-un borcan cu apă proaspătă deasupra, atît cît se acopere untul. Apa se schimbă din cînd în cînd.

1389. Topirea untului

Pentru un timp mai îndelungat, untul se păstrează topit. Untul se pune la topit la un foc moale sau în baie de apă. După ce dă primul clocot, se dă jos de pe foc și se pune la rece. A doua zi se ridică spuma ce s-a format pe deasupra. Untul sleit se ridică cu spumiera și se pune în alt vas să se topească tot la foc slab. După ce dă primul clocot, este gata. Nu se mai lasă să clocotească pentru că își pierde gustul și își schimbă culoarea. Untul topit se strecoară în borcan de sticlă sau chiar în sticle și se dă la cămară. Spuma și lichidul rămas se întrebuințează la pregătirea mîncărilor.

1390. Conservarea grăsimii de porc

Osînza, slănina și slănina de pe intestine se conservă topită. Topirea se face în modul următor: după ce osînza sau slănina au fost curățate de carne, se taie în bucăți mărișoare și se pun în apă rece, unde se țin cam două ore. Grăsimea de pe intestine se topește separat și se ține mai mult timp în apă, schimbînd apa de cîteva ori, pentru a se înlătura complet mirosul. Se scoate din apă, se scurge și se taie bucăți mici sau se dă prin mașina de tocat carne, se pune la topit separat osînza de slănină și separat slănina de pe intestine. Topirea se face la foc potrivit, amestecînd mereu. Nu se pune la foc mai iute, deoarece se poate arde. Imediat ce jumările au devenit aurii, vasul cu grăsimea se dă la o parte și se lasă să se mai răcească puțin. Se strecoară apoi într-un vas în care se lasă să se

limpezească și se trece în vasele speciale, anume pentru păstrat grăsimea topită. Cele mai bune vase sînt cele smălțuite cu capac și prevăzute cu o răsuflătoare în forma unui tub ciuruit. Grăsimea se poate păstra și în borcane de sticlă, legate cu pergament găurit cu un ac.

Untura topită din osînză se socotește de calitatea I, cea din slănină, calitatea a II-a și cea din grăsimea de pe intestine, de calitatea a III-a. La grăsimea de pe intestine, la topit, cînd este pe jumătate prăjită, se pot adăuga cîteva cepe și zarzavaturi, pentru a-i înlătura mirosul.

Jumările se storc bine de grăsime și se păstrează în borcane de sticlă legate cu pergament. Se întrebuințează la gătit (varză, bogace etc.).

1391. Cum se drege untura rîncedă

Pentru a se înlătura mirosul rînced la grăsimea topită și învechită se pune din nou la topit și se adaugă cartofi tăiați felii rotunde, miez de pîine și lapte dulce, turnat picătură cu picătură în momentul cînd untura este bine încinsă. Pentru ca în timpul topirii, untura să nu dea afară din cratiță, cînd i se pune laptele, se aruncă un praf de făină înăuntru. Se strecoară, se lasă să se răcească și a doua zi se încălzește din nou și se toarnă în vase. Se poate folosi fără grijă, căci nu mai are nici un miros de rînced.

Altă metodă : Cînd grăsimea clocotește, se adaugă felii subțiri de cartofi, aproximativ 1/2 kg la 2 kg de grăsime ; cînd cartofii sînt bine rumeniți, se scot cu spumiera și se pot servi la masă, după ce li s-a dat sare. Untura și-a pierdut mirosul rău.

1392. Conservarea grăsimii de pasăre

La topirea grăsimii de pasăre se procedează la fel ca la grăsimea de porc. Această grăsime nu durează mult ; în special vara nu este bine să se facă provizie de grăsime de pasăre topită.

1393. Conservarea uleiului

Uleiul se pune în sticle și se toarnă deasupra alcool cam de un deget. Se înfundă bine și se păstrează la rece.

1394. Grăsimea din seu de vacă

Seul proaspăt de vacă se taie bucăți, se dă prin mașina de carne și se pune la topit la foc moale. Se adaugă cîteva cepe, morcovi și cartofi. După ce s-au lăsat jumările la fund, seul clocotind se varsă într-un vas cu apă rece. Se lasă să se răcească și să se închege pînă a doua zi. Se scoate seul închegat de deasupra apei și se pune din nou la fiert într-o cratiță, adăugîndu-se o cantitate egală de ulei. Se lasă să dea cîteva clocote și călduț se toarnă în vasul în care se va păstra. Seul astfel preparat are un gust foarte bun și seamănă ca aspect cu untul topit.

CONSERVAREA OUĂLOR, PREPARAREA ȘI CONSERVAREA LACTATELOR

1395. Conservarea ouălor

Cel mai sigur mijloc de a păstra ouăle este următorul: ouăle proaspete se pun într-o cutie sau într-o lădiță, învelite în hîrtie, așezate așa ca să nu aibă joc. Se leagă cutia cu sfoară bine strîns. Din cînd în cînd se întoarce lădița sau cutia pe altă parte, astfel ca partea care a fost dedesubt să vină deasupra. Procedînd astfel pereții din interiorul oului se ung cu albuș și împiedică contactul cu aerul prin porii cojii.

1396. Conservarea laptelui crud

Laptele crud se fierbe la foc potrivit, atît cît se ridică spuma pînă la marginea vasului. Nu se ține mai mult pe foc căci se distrug vitaminele.

Pe timp călduros, ca să se poată conserva mai multe zile, se fierbe de două ori pe zi, dimineața și seara, iar pe timp răcoros numai o dată pe zi sau la două zile.

1397. Smîntîna

Laptele crud se pune la prins în oale de pămînt negre și nesmălțuite și se lasă două zile pînă ce se prinde laptele, adică se încheagă. Deasupra se ridică un strat de smîntînă, care se alege și se strînge cu lingura, punîndu-se într-un castronel.

Ceea ce rămîne se numește chișleag și se poate transforma în brînză (v. 1398) sau se poate face lapte bătut.

Oalele în care se prinde laptele, trebuie să aibă gîtul mai lung și îngust.

1398. Brînză de vacă

Se pune oala cu chişleag pe marginea maşinii şi se lasă 20—40 minute, pînă ce se încălzeşte şi se ridică tot zerul deasupra. Aceasta este ceea ce se numeşte scoacerea chişleagului. După ce s-a scopt, se răstoarnă chişleagul într-un săculeţ de pînză de cînepă, se atîrnă de un cui şi se lasă să se scurgă tot zerul. Se deşartă pe farfurie şi se păstrează la rece. Această brînză se serveşte proaspătă cu smîntînă sau se poate pregăti în diferite moduri.

Dacă se ţine chişleagul mai mult pe maşină, brînza devine uscată şi mai aspră. Se poate prepara o brînză de calitate superioară dacă nu se mai smîntîneşte laptele şi dacă nu se mai încălzeşte chişleagul. Se toarnă direct în săculeţ şi se lasă la o temperatură ceva mai caldă, pînă ce se scurge zerul complet.

Înainte de a se turna chişleagul în săculeţ, se moaie acesta în apă rece; aceasta ca să nu se lipească brînza de săculeţ.

1399. Lapte bătut

Se smîntîneşte laptele şi chişleagul se pune într-un vas, putinei sau în maşina de ales untul şi se bate bine, prefăcîndu-se în lapte bătut, băutură foarte plăcută şi răcoritoare, mai ales vara, dacă este ţinută la gheaţă.

1400. Lapte acru

Se prepară astfel: oala în care se pune laptele la prins se unge pe dinăuntru cu o lingură de smîntînă şi se toarnă apoi laptele dulce fiert şi călduţ. Se mai poate prepara şi astfel: se amestecă lapte fiert cu lapte nefiert, în cantităţi egale. Se pune la prins după ce mai întîi s-a vînturat bine.

Acest lapte nu ne mai dă smîntînă, este însă mult mai gustos şi mai hrănitor. Se poate consuma nebătut, ca un iaurt, sau bătut ca lapte bătut. Se poate servi la masă cu mămăliguţă.

1401. Iaurt

O linguriţă de maia de iaurt sau de smîntînă se amestecă într-un litru de lapte călduţ — jumătate fiert şi jumătate nefiert şi se pune la prins într-un vas de pămînt nesmălţuit, larg la gură. Dacă laptele este prea fierbinte, fermentul nu rezistă şi laptele nu se prinde.

Fermentația iaurtului fiind o fermentație lactică al cărei ferment are nevoie de aer, laptele se vîntură mult înainte de a se pune la prins. Se ține bine acoperit la cald — temperatura de preparat 37—40°C, pentru ca fermenții să se poată dezvolta; cînd laptele este prins, se oprește fermentația, izolîndu-l imediat de aer și de căldură. Vasul cu iaurt se acoperă și se păstrează la rece.

1402. Prepararea untului

Se adună smîntîna de la mai multe oale și se strînge toată într-o singură oală de pămînt, care se așază lîngă foc, dar nu prea aproape, și se învîrtește oala așa ca să vină căldura pe toate părțile și să se încălzească puțin și uniform. Această operație se numește *scoptul smîntînii.* Se încearcă cu degetul și dacă este destul de caldă, fără să fie fierbinte, este gata de scopt. Se amestecă bine și se lasă în pivniță la o temperatură mai rece, timp de 24 ore. Se scurge tot zerul ce și l-a lăsat, vîrîndu-se o lingură pe lîngă pereții oalei, pînă la fund. După ce s-a scurs de zer, smîntîna se bate cu lingura mare, specială pentru bătut untul. În felul acesta, untul se bate foarte repede, obținîndu-se unt superior, gras, de culoare frumoasă și fără apă. Lichidul rămas după separarea untului este un lapte gros, care se numește zară. Se bea ca laptele bătut, se mănîncă cu mămăliguță sau se pune la ciorbe.

Untul astfel obținut se spală în mai multe ape reci, pînă ce apa iese curată. Prima apă nu se aruncă, ci se dă la animale, cîini, porci.

Alt mod de a se prepara untul: smîntîna nescoaptă se pune în putinei sau în mașina de bătut untul și se bate bine pînă ce se alege untul. Se deșartă într-un vas, se spală în mai multe ape reci, pînă ce untul se face bulgăre. Se păstrează la rece.

1403. Unt obținut direct din lapte

Laptele muls proaspăt se toarnă direct în putinei și se ține la o temperatură potrivită, pînă ce se umple tot putineiul. Se trece apoi la o temperatură mai caldă și se lasă să se prindă. După ce s-a prins laptele din putinei, se așază putineiul la marginea focului, întorcîndu-se pe toate părțile ca să se încălzească uniform; apoi se bate cu bătătorul putineiului, pînă ce se separă untul, care se strînge și se ridică deasupra. Pe măsură ce untul devine ca un

bulgăre, se scoate și se trece în alt vas cu apă rece. Laptele se mai bate, pînă ce s-a scos tot untul din lapte. Zara rămasă este foarte hrănitoare, fiindcă oricît s-ar bate laptele, nu se poate scoate tot untul. Se mănîncă cu mămăliguță sau se bea ca laptele bătut. Se prepară diferite ciorbe.

1404. Lapte de putină

Se prepară toamna cînd laptele este mai gros; cel preparat din lapte de oi este de calitate superioară.

Se prepară în putină de brad nouă, special înfundată și prevăzută cu o deschizătură cu un mic căpăcel, pe unde se toarnă laptele. La partea de jos are un cep.

Se fierbe laptele pînă ce rămîne numai pe jumătate. Se lasă să se răcorească fără să se răcească complet. La o putină de 20 litri lapte se întrebuințează 1/2 kg smîntînă, care se amestecă cu laptele călduț încă, se vîntură, se toarnă în putină și se lasă la prins. După 2—3 zile, cînd laptele s-a prins bine, se toarnă deasupra lapte crud, dacă se poate muls atunci. Se lasă să se prindă, fără să se amestece. După ce s-a prins și acesta, se pune din nou lapte călduț, fiert pînă ce s-a redus la jumătate, fără să se mai adauge smîntînă. Se lasă să se prindă și se toarnă deasupra lapte proaspăt, nefiert, continuînd cu un lapte fiert și altul nefiert pînă ce se umple putina.

În acest timp, se încearcă laptele prin cep și dacă s-a lăsat zer la fund, se scurge prin cep, însă pe măsură ce zerul se scurge, se golește și putina, deci trebuie umplută cu lapte așa cum am arătat mai sus. Se continuă tot astfel scurgerea zerului și umplerea putinei, pînă ce se umple numai cu lapte gros. Atunci se înfundă capacul. Se păstrează la rece.

Unele persoane preferă laptele de putină puțin afumat. În acest caz, laptele se afumă la fiert.

1405. Întreținerea oalelor de lapte

Oalele se clătesc imediat în zerul rămas de la scoaterea untului. Apoi se așază în prepeleag la soare și vînt sau în cuptorul mașinii. Dacă nu este zer, se pot clăti cu apă cît mai fierbinte. Din cînd în cînd se opăresc cu apă clocotită, după ce s-a pus înăuntru tulpini întregi de urzici verzi. Se usucă în cuptor, unde se înfierbîntă bine și apoi se țin atîrnate la aer și la soare.

Prepeleagul este un fel de cuier special pentru oale: o prăjină de lemn înfiptă în pămînt şi prevăzută cu mai multe cuiere, pe care se atîrnă oalele.

1405. Cum se desărează brînza

Dacă brînza telemea este prea sărată, se înfăşoară într-o cîrpă şi se pune într-un castron cu apă caldă sau cu lapte cald, unde se lasă 3—4 ore, pînă cînd capătă gustul care ne place.

1407. Cum se păstrează brînza telemea

Bucăţile de brînză se pun într-un borcan mare de sticlă, iar deasupra se toarnă saramură concentrată. Saramura se prepară astfel: se pune sare în apă şi se încearcă cu un ou, scufundîndu-l în apă. Dacă oul pluteşte, atunci saramura este bună, dacă oul cade la fund, atunci se mai adaugă sare în apă. Revine cam la 200—250 g sare la 1 litru de apă.

Se întîmplă ca saramura să facă pe deasupra floare; se curăţă şi se spală borcanul la gură, astfel: imediat ce s-a format floarea pe saramura de pe brînză, se strînge cu o spumieră şi apoi cu o cîrpă umedă pe deasupra saramurii, se spală cîrpa şi apoi se şterg şi pereţii interiori ai borcanului. Din cînd în cînd, pe călduri mari, se strecoară zerul, se spală borcanul, se aşază brînza din nou în borcan şi se controlează dacă bucăţile n-au fost atinse de floare. În acest caz se spală fiecare bucată. Se toarnă din nou zerul pe deasupra şi după ce s-a aşezat teascul, se leagă şi se dă la rece. Borcanul cu brînză trebuie bine legat ca să nu pătrundă înăuntru diferite insecte, care, depunîndu-şi ouăle, fac ca brînza să capete viermişori.

ÎNTREBUINŢAREA RESTURILOR DE MÎNCĂRI

O gospodină pricepută îşi va potrivi cantităţile de alimente în aşa fel, încît să nu gătească nici odată mai mult decît se consumă.

Şi din punct de vedere economic şi din punct de vedere igienic este de dorit să nu existe resturi de alimente, care mai ales pe timp călduros se pot altera.

Sînt însă cazuri neprevăzute, cînd fără să vrem, se întîmplă să avem resturi din alimentele preparate sau din alimente crude, nepreparate. Sub cuvînt că sînt „resturi" unele gospodine le aruncă. Este o risipă regretabilă.

Orice rest de aliment se poate preface sau se poate asocia, întrebuințîndu-se a doua oară sub altă formă, fără să se cunoască. Se prezintă la masă ca un preparat nou, realizîndu-se în felul acesta importante economii în casă.

Cea dintîi grijă este ca toate resturile de alimente să se păstreze la rece și bine acoperite.

Supe. Rămășițele de supă se pot preface a doua zi în creme (supe de legume strecurate) sau dacă sînt în cantitate mai mică, se întrebuințează la prepararea unei mîncări, de exemplu, pilaf sau orice altă mîncare cu sos.

Zarzavatul de la supele strecurate se întrebuințează sub forma de salată cu sos rece de ulei, cu lămîie sau cu muștar, maioneză etc. (v. p. 38 „Sosuri reci").

Se mai pot face piureuri sau se pot prepara cu unt, cu smîntînă sau cu orice sos cald.

Rasolul. Se asociază cu orice sos cald sau rece. Se taie bucăți, se așază în farfurie, se toarnă deasupra un sos cald de roșii sau de zarzavat, smîntînă etc. sau sos de maioneză subțiat și amestecat cu castraveți acri sau dulci, tăiați fin. (v. p. 38). Dacă sînt resturi mai puține, atunci se prepară o salată de boeuf.

Piureurile și **soteurile** se transformă în supe sau creme, chiftele sau găluște.

Mîncările se asociază cu macaroane, cu orez preparat pilaf simplu.

Fripturile se transformă cel mai ușor și variat în mîncări cu sos de roșii sau de smîntînă.

Se pot servi cu un sos de maioneză subțiat și amestecat cu castraveciori tocați. Se așază bucățelele în farfurie, se toarnă sosul cald sau rece deasupra, se garnisesc și se servesc. Dacă sosul este cald, se ține pe mașină și se dau cîteva clocote înainte de a-l servi. Se mai pot servi cu o mîncare de legume. Dacă friptura este în cantitate mai mică, se prepară o salată de boeuf. Se mai pot prepara chifteluțe, mîncări care se vor servi alături de un pilaf sau macaroane cu unt.

Se pot trece prin mașina de carne și se prepară o musaca de legume sau o budincă de fidea sau de macaroane.

Peștele rasol: 1. Se poate prepara o salată rusească amestecată cu pește. 2. Cu sos rece de maioneză subțiată și amestecată cu castraveciori acri, care se toarnă peste bucățile de pește pus într-o farfurie. 3. Se dă peștele prin mașină sau prin sită, se amestecă cu maioneză, măsline date

prin mașină, castraveciori tocați mărunt și se servește rece. 4. Se prepară un sos alb, simplu sau cu ciuperci și puțin parmezan. Se amestecă cu peștele și se servește cald, chifteluțe sau crochete. 5. Se așază peștele în farfuria care merge la cuptor, se toarnă deasupra un sos alb de smîntînă, se presară caşcaval pe deasupra. Se dă la cuptor.

Pește fript. În afară de preparatele arătate mai sus, peștele fript se mai poate preface în marinată, plachie sau cu varză.

Ouă răscoapte. Reci: Ouă umplute preparate astfel: se taie oul în jumătate în lungime; se scoate gălbenușul, se freacă cu puțin unt, miez de pîine muiat în lapte, pătrunjel verde tocat, piper, sare, cîteva picături de lămîie. Se umplu albușurile, se dau la cuptor să se rumenească. Dacă există și vreun rest de ficat, se prăjește, se trece prin sită, se amestecă cu puțin unt rece frecat spumă, apoi cu gălbenușurile, se umplu ouăle și se servesc. Peștele afumat, sardelele se asociază perfect cu ouăle reci.

Calde. Ouăle răscoapte, curățate de coajă, se taie jumătăți, se așază într-o farfurie care merge la cuptor, se toarnă deasupra un sos alb sau de smîntînă și se dă la cuptor să rumenească (v. p. 137 „Preparate din ouă").

Orez. Se servește a doua zi în supă sau cu sos de roșii ori garnitură la o mîncare.

Macaroane. Se servesc a doua zi în supă dacă sînt mai puține sau ca garnitură la o mîncare. Se transformă în budincă cu carne tocată (v. p. 90) „Paste făinoase".

Tocături. Chiftelele prăjite se transformă în budinci de fidea, macaroane sau chiftele cu sos.

Mîncările de chiftele cu sos se servesc a doua zi garnisite cu pilaf de orez sau macaroane cu unt.

Resturi de pîine. Friganele. Se taie pîinea felioare groase de $1^1/_2$ cm, se moaie în puțin lapte, se dau prin ou bătut și se prăjesc pe amîndouă părțile în grăsime încinsă. Friganelele se pot servi cu diferite soteuri sau simple, pudrate cu zahăr.

Papară. În forma unsă și presărată cu pesmet se așază un rînd de felii de pîine muiate în lapte și date prin ou bătut, un rînd de brînză amestecată cu ou și sare. Este mai gustoasă cu brînză de vacă. Se continuă așa pînă ce se umple forma; deasupra trebuie să rămînă un strat de brînză. Se dă la cuptor și, cînd este coaptă, se răstoarnă.

Pesmet. Se taie pîinea felii, se usucă la cuptor, fără să se rumenească. Cînd este bine uscată, se pisează și se cerne. Se păstrează în cutii.

Resturi de cozonac. Budincă: 4 felii de cozonac, 4 ouă, 500 g mere, 4 linguri de zahăr, 1 pahar lapte, 1 lingură unt, scorțișoară, coajă de portocală rasă. Se curăță merele, se taie felii și se lasă să stea jumătate de oră cu zahărul. Se freacă bine gălbenușurile cu zahărul și untul. Se adaugă cozonacul muiat în lapte și stors puțin, jumătate din cantitatea de mere, coaja de portocale și la urmă albușurile bătute spumă.

În forma unsă și presărată cu pesmet se pune un strat de compoziție, un rînd de mere, care au stat cu zahăr, peste ele se presară puțină scorțișoară. Se continuă tot astfel pînă ce se umple forma. Deasupra trebuie să rămînă un strat de compoziție. Se coace la foc potrivit. Se răstoarnă și se servește cu sos de vin.

Pesmeți din cozonac. Se taie cozonacul felii subțiri, se așază într-o tavă și se pun să se usuce la cuptor la foc slab. Cînd sînt bine uscați, se presară cu zahăr pudră, amestecat cu vanilină. Se păstrează în cutii.

Resturi de tort. Amandine. Din resturi de tort, se taie bucăți pătrate, se însiropează, se lipesc cîte două cu cremă la mijloc, se glasează cu șerbet sau ciocolată și se ornează cu alune glasate cu zahăr ars.

Bombe din resturi de tort. Se fărîmițează restul de tort, se stropește cu rom și puțin sirop, se amestecă apoi cu cremă de ciocolată, alune etc. atît cît să se obțină o compoziție nu prea moale. Se mai pot adăuga migdale și nuci tăiate mărunt. Compoziția se pune în forma de bombă și se dă la rece. Cînd s-a întărit, se răstoarnă și se glasează cu șerbet sau cu ciocolată.

Coaja de portocală rasă. Coaja de portocală rasă, rămasă de la portocalele întrebuințate la dulceață, se amestecă cu zahăr, în cantități egale. Se pune în sticle bine astupate. În felul acesta se păstrează foarte bine.

Coaja de la portocalele consumate se transformă într-un gem special pentru prăjituri.

Resturile de zarzavat crud. Zarzavatul se curăță și se taie numai atît cît se pregătește în ziua aceea. Nu este permis unei gospodine să păstreze în bucătărie resturi de zarzavat crud ca: jumătăți de ceapă, morcov etc. Ceapa

tăiată împrăştie un miros neplăcut şi în afară de aceasta, orice zarzavat tăiat, ţinut vreme îndelungată în contact cu aerul, nu mai are nici o valoare alimentară.

PREZENTAREA PREPARATELOR LA MASĂ

Prezentarea preparatelor la masă joacă un rol important în alimentaţie. Pe lîngă faptul că atrage atenţia şi admiraţia mesenilor, un preparat frumos prezentat excită sucurile gastrice, primul proces chimic necesar ca digestia să se facă în bune condiţii.

În afară de aceasta, mîndria şi satisfacţia gospodinei creşte, cînd se vede admirată de cei dimprejurul ei, pentru curăţenia exemplară şi pentru gustul cu care prezintă o masă.

Elementele decorative sînt la îndemîna oricărei gospodine :

v a r a : salată verde, roşii, ardei, ardei roşii, gogoşari, ridichi de lună, pătrunjel verde, morcovi, albuş, gălbenuş de ou, măsline ;

i a r n a : gogoşari, morcovi din murături, castraveciori, albuş, gălbenuş, mazăre boabe, unt, măsline, pătrunjel verde.

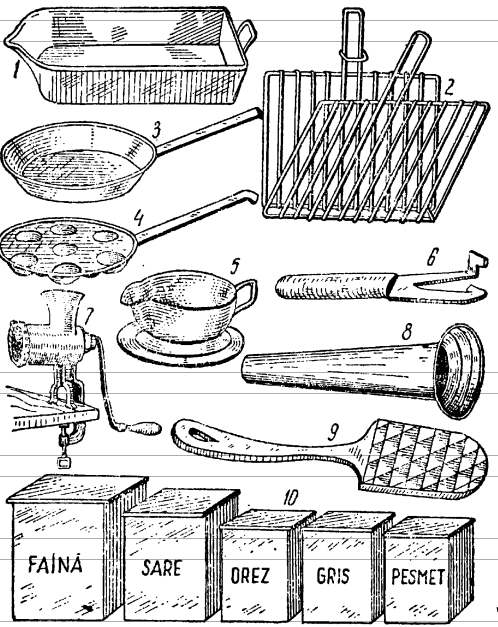
Se ornează, tăind alimentele menţionate în diferite forme : mai mari, mai mici, rotunde, pătrate, lungi ; se pot toca mărunt şi aşeza în diferite forme ca : flori, linii drepte, cuburi, cercuri etc. Culorile se aşază astfel ca să formeze un contrast, înviorîndu-le totdeauna cu verdele pătrunjelului. De exemplu : alb cu negru din albuş şi măsline, alb cu galben din albuş de ou şi gălbenuş de ou, roşu şi negru : roşii sau gogoşari cu măsline, roşu cu alb : ardei roşii sau gogoşari cu albuş. Un punct negru, roşu etc., lîngă care se alătură o mică frunzuliţă verde, se aruncă graţios pe un sandviş sau pe o salată etc.

Imaginaţia şi practica vor ajuta gospodina care are ambiţia şi doreşte să se prezinte la înălţime din toate punctele de vedere.

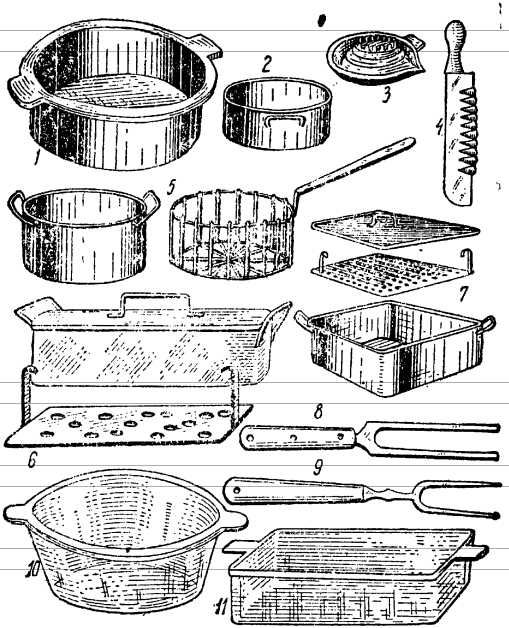
BIBLIOGRAFIE

1. — *Vitamine și antivitamine*
sub redacția Dr. Laurențiu Chiosa și Dr. Maur Neumann
București, Editura Medicală, 1955.
2. — *Alimentația în bolile de stomac*
Îndreptar medical editat de Ministerul Sănătății.
București, Editura de Stat pentru literatura științifică și didactică, 1952.
3. — *Dietetica bolilor digestive*
Dr. C. Zosin
Iași, Editura Cartea Moldovei, 1948.
4. — *Vitamine* (Marea Enciclopedie Sovietică) de V. N. Buchin.
Moscova, Editura de Stat, 1951.
5. — *Carte despre hrana gustoasă și sănătoasă.*
Ministerul Industriei Alimentare al U.R.S.S. Red. Molcianova, Lebanov, Lifșiț și Tiplioncov.
Moscova, Piscepromizdat, 1952.
6. — *La cuisine simple*
Dr. P. Carton
7. — *La cuisine moderne*
Dr. Lambling
8. — *Bien manger pour bien vivre*
Edouard de Pomiane
9. — *La cuisine diététique*
Montague Regnault
10 — *Păstrarea și prelucrarea legumelor*
I. V. Meltițchi
București, Editura de Stat pentru literatura științifică, 1952.

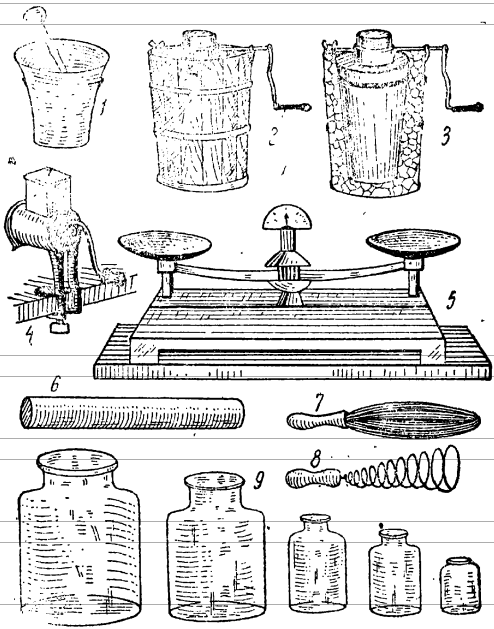
1, 2, 4 — oale de supă; *3* — cratiţă cu coadă; *5* — lingură de spumă; *6* — strecurătoare pentru macaroane (supă); *7* — castron pentru supă; *8* — cuţit pentru tăiat varză; *9* — răzătoare; *10* — strecurătoare pentru lapte (supă); *11* — oală pentru fiert în abur; *12, 13, 15, 16* — cuţite pentru zarzavat; *14* — presă pentru piure.



1 — tavă pentru friptură; *2* — grătar dublu; *3* — tigaie pentru prăjit; *4* — tigaie pentru ochiuri; *5* — sosieră; *6* — cuțit pentru cutii de conserve; *7* — mașină de tocat carne; *8* — aparat pentru umplut cîrnați; *9* — ciocan pentru carne; *10* — cutii pentru diferite articole.



1 — vas pentru budincă; *2* — cratiţă; *3*—ştorcător pentru ţâmfie; *4* — cuţit pentru zarzavat; *5* — cratiţă şi suport pentru prăjit; *6* — vas pentru fiert peşte; *7* — vas pentru fiert calcan; *8, 9* — furculiţe pentru friptură; *10, 11* — vase de Jena



1 — piuliță; *2, 3* — mașină de înghețată; *4* — mașină de rișnit nuci; *5* — cîntar; *6* — sucitor; *7, 8* — teluri pentru albuș; *9* — diferite borcane;

Alivenci I, 409
Alivenci II, 410
Aluat fraged I, 872
Aluat fraged II, 875
Aluat fraged III, 876
Aluat franţuzesc I, 850
Aluat franţuzesc II, 851
Alviţă, 1 114
Alviţă (Nuga albă), 1 113
Andive înăbuşite, 189
Andive la cuptor, 188
Aighemaht, 538
Antricot la grătar, 632
Ardei conservaţi în apă rece cu hrean, 1 262
Ardei graşi conservaţi în bulion, 1 251
Ardei graşi conservaţi în saramură, 1 254
Ardei copţi conservaţi în sticle sau în borcane, 1 261
Ardei copţi conservaţi pentru salată, 1 259
Ardei graşi conservaţi pentru aperitive, 1 258
Ardei graşi conservaţi pentru tocane, ciorbe etc., 1 256
Ardei graşi conservaţi prin fierbere în apă sărată, 1 255
Ardei graşi conservaţi prin uscare, 1 263
Ardei graşi copţi pentru salată (conserve), 1 249
Ardei graşi pentru tocană şi ciorbe (conserve), 1 250
Ardei graşi pentru umplut, conservaţi în sare, 1 252
Ardei graşi pentru umplut, conservaţi cu sare şi zahăr, 1 253
Ardei graşi şi ardei lungi conservaţi pentru salată, 1 260
Ardei umpluţi, 594.
Ardei umpluţi conservaţi, 1 257
Ardei umpluţi cu orez, 145
Ardei umpluţi cu pîine, 201
Ardei umpluţi cu varză roşie, în oţet, 1 302
Ardei umpluţi cu zarzavat, în oţet, 1 300
Arpagic cu carne, 523
Arpagic murat în oţet, 1 310
Arpagic umplut, 382
Aspic, 480

Baclava, 847
Baghete cu nuci, 1 070
Baghete din aluat cu drojdie, 1 094
Baghete din aluat cu drojdie şi cartofi, 1 096
Baghete pentru ceai, 1 092
Bame conservate cu sare şi zahăr, 1 238
Bame conservate în sare, 1 237
Bame conservate prin fierbere, 1 236
Bame cu carne, 520
Bavarez de alune, 980
Bavarez de cafea, 981
Bavarez de ciocolată, 982
Bavarez de vanilie, 979
Bezele, 1 033
Bezele pentru ceai, 1 038
Bibanul, 749
Bibilicele, 706
Bibilicele, 706
Biftec, 629
Biftec cu ochiuri, 630
Biftec la grătar cu ciuperci, 631
Biscuiţi, 873
Biscuiţi Ana, 1 074
Biscuiţi cu miere, 1.063
Biscuiţi de Turda, 1 067
Biscuiţi fără ou, 1 044
Biscuiţi fini Paula, 1 055
Biscuiţi ieftini, 1 076
Biscuiţi ieftini pentru vin, 1 087
Biscuiţi studenţeşti, 1 040
Bob bătut, 151

Boboc de gîscă pe varză, 698
Boboc de rață pe varză, 696
Bogace, 1 086
Bombe de ciocolată, 1 120
Bombe din resturi de cozonac, biscuiți, prăjituri, 1 121
Bomboane, 1 111
Bomboane de ciocolată, 1 122
Bomboane cu smîntînă, 1 118
Borș de cartofi, 29
Borș de crap, 712
Borș de dovlecei, 27
Borș de fasole uscată, 32
Borș de fasole uscată cu mînătărci, 33
Borș de fasole verde, 28
Borș de găină, pui, viței, miel, vacă, 497
Borș de perișoare, 498
Borș de pește, 496
Borș de sfeclă, 31
Borș de urzici cu hamei, 30
Borș de zarzavat, 34
Brînză de vacă, 1 398
Brînză în foaie de clătite, 412
Brînză în pesmet, 400
Budincă de brînză de vacă, 405
Budincă de caise, 911
Budincă de cartofi cu brînză de vacă I, 414
Budincă de cartofi cu brînză de vacă II, 415,
Budincă de cartofi cu șuncă sau parizer și cașcaval, 416
Budincă de cireșe amare, 912
Budincă de clătite cu brînză de vacă, 421
Budincă de clătite cu brînză și smîntînă, 899
Budincă de clătite cu carne, 626
Budincă de clătite cu legume de sezon, 313
Budincă de clătite cu nuci, 905
Budincă de clătite cu smîntînă, 903
Budincă de clătite cu spanac, 312
Budincă de clătite cu urzici, stevie sau lobodă, 314
Budincă de conopidă, 316
Budincă de creier, 559
Budincă de făină de porumb cu mere, 287
Budincă de fidea cu brînză în foaie, 324
Budincă de fidea cu carne, 625
Budincă de fructe, 906
Budincă de griș, 893
Budincă de griș cu mere sticloase, 900
Budincă de macaroane, 262
Budincă de macaroane cu brînză în foaie, 323
Budincă de macaroane cu carne în foaie, 320
Budincă de mălai I, 275
Budincă de mălai II, 288
Budincă de nuci, 907
Budincă de orez, 895
Budincă de orez cu caise sau vișine, 902
Budincă de orez cu mere, 897
Budincă de orez cu mere sticloase, 901
Budincă de orez în foaie, 319
Budincă de papanași, 420
Budincă de pîine, 315
Budincă de pîine II, 898
Budincă de pîine cu mere, 896
Budincă de spanac, 317
Budincă de smîntînă, 904
Budincă de tăiței, 919
Budincă de tăiței sau de tofca cu brînză în foaie, 325
Budincă de tăiței sau de tofca cu carne în foaie, 322
Budincă de vișine, 910
Budincă dulce de dovleac, 241
Budincă fiartă din brînză de vacă, 403
Budincă fiartă din brînză de vacă (alta), 406
Budincă fină de lămîie, 909
Budincă pralinată, 908
Bule de varză cu carne, 598
Bule de varză dulce cu brînză, 207
Bulion de carne, 478
Bulion de roșii, 1 290
Bulion pastă, 1 291
Bureți de munte sau păstrăvi de lac în oțet, 1 305
Bușeuri, 870
Bușeuri de cartofi, 340
Bușeuri de cartofi cu soteuri, 603
Bușeuri de cartofi cu sos de roșii, 602
Bușeuri de cartofi cu sos alb, 604

Caise cu carne de pasăre, 550
Calcanul, 745
Caltaboşi I, 1 377
Caltaboşi II, 1 378
Cantalup cu friscă, 1 135
Caracatiţă, 773
Caracatiţă în spuză, 775
Caramele, 1 119
Carne de porc conservată friptă în untură, 1 383
Carne de porc conservată proaspătă, 1 382
Carne de porc mistreţ cu varză, 706
Carne de vacă înăbuşită, 637
Cartofi, 1 109
Cartofi copţi umpluţi, 166
Cartofi cruzi umpluţi, 165
Cartofi cu brînză I, 160
Cartofi cu brînză II, 161
Cartofi cu carne, 508
Cartofi cu smîntînă I, 46
Cartofi cu smîntînă II, 162
Cartofi cu sos alb, 167
Cartofi cu sos alb şi brînză, 163
Cartofi de ciocolată, 1 110
Cartofi prăjiţi, 352
Cartofi umpluţi, 164
Cartofi umpluţi II, 589
Castraveciori în oţet, 1 303
Castraveţi acri cu carne, 526
Castraveţi muraţi în saramură, 1 296
Caşcaval în pesmet, 337
Caşcaval la capac, 338
Caşcaval pane, 401
Cataif, 1 078
Căprioară cu ciuperci, 793
Cegă, 742
Chec, 1 035
Chec în ulei, 1 037
Chec ieftin, 1 036
Chefalul, 751
Chifle umplute cu brînză de vacă, 615
Chiftele de cartofi, 341
Chiftele de dovleac, 342
Chiftele de linte, 345
Chiftele de varză dulce, 208
Chiftele de vinete, 344
Chiftele de zarzavat, 343
Chiftele marinate, 592
Chifteluţe de dovlecei cu sos alb, 230
Chifteluţe de dovlecei cu salată verde, 232
Chifteluţe de dovlecei cu sos de roşii, 231
Chifteluţe de vinete cu salată, 235
Chifteluţe de vinete cu sos de roşii, 233
Chifteluţe de vinete cu sos de smîntînă, 234
Chişcă moldovenească, 1 379
Choux-uri umplute cu salată rusească şi pateu de ficat, 387.
Ciorbă de burtă de vacă, 586
Ciorbă de carne de viţel, miel, vacă, 493
Ciorbă de cartofi, 19
Ciorbă de dovleac, 240
Ciorbă de dovlecei, 25
Ciorbă de fasole uscată, 23
Ciorbă de găină, 491
Ciorbă de iepure (ţigănească), 779
Ciorbă de linte, 24
Ciorbă de lobodă, 20
Ciorbă de peşte, 494
Ciorbă de potroace, 492
Ciorbă de pui, 490
Ciorbă de roşii I, 22
Ciorbă de roşii II, 26
Ciorbă de vîrf de hamei, 21
Ciorbă de zarzavat şi legume, 18
Ciulama de cartofi, 170
Ciulama de ciuperci sau bureţi, 226
Ciulama de fasole grasă, 174
Ciulama de iepure, 780
Ciulama de pasăre, 535
Ciulama de praz, 187
Ciulama de rinichi, 537
Ciulama de viţel, 536
Ciuperci conservate prin fierbere în baie de apă, 1 275
Ciuperci conservate prin uscare, 1 279
Ciuperci cu carne, 521
Ciuperci cu roşii, 136
Ciuperci cu smîntînă, 51
Ciuperci cu smîntînă II, 224
Ciuperci cu sos alb, 229
Ciuperci cu şuncă, 227
Ciuperci în aluat franţuzesc, 547
Ciuperci în oţet, 1 304
Ciuperci în ulei (conserve), 1 276
Ciuperci marinate (conserve), 1 277
Ciuperci umplute, 184
Cîrnaţi, 1 380
Clătite, 913

Clătite cu cartofi, 914
Coca pripită, 889
Colivă, 249
Colțunași cu brînză de vacă, 411
Colțunași cu brînză telemea, 407
Colțunași cu carne, 627
Colțunași cu ciuperci, 223
Colțunași cu smîntînă, 220
Colțunași cu sos de roșii, 221
Colțunași cu spanac, 222
Colțunași de mălai cu brînză, 276
Compot de afine, 1 350
Compot de caise (nesterilizat), 1 357
Compot de caise coapte, 1 345
Compot de cireșe, 1 340
Compot de coacăze, 1 342
Compot de corcodușe, 1 348
Compot de diferite fructe, 1 358
Compot de dovleac I, 244
Compot de dovleac II, 1 353
Compot de gutui, 1 347
Compot de mere, 1 352
Compot de mure, 1 344
Compot de pere, 1 351
Compot de peré și coarne, 1 354
Compot de piersici, 1 346
Compot de prune, 1 349
Compot de vișine, 1 341
Compot de zmeură, 1 343
Compoturi, 1 014
Compoziție pentru prăjit în grăsime, 915
Conopidă conservată prin fierbere, 1 239
Conopidă cu carne, 507
Conopidă cu pesmet, 176
Conopidă cu smîntînă I, 47
Conopidă cu smîntînă II, 177
Conopidă cu sos alb la cuptor, 178
Conservarea cărnii pe durată scurtă, 1 384
Conservarea cărnii pregătită pentru musaca, 1 364
Conservarea cărnii rasol, 1 365
Conservarea dovlecilor pentru umplut, 1 231
Conservarea făinii de grîu, 1 318
Conservarea fripturilor, 1 363
Conservarea grăsimii de pasăre, 1 392
Conservarea grăsmii de porc, 1 390
Conservarea grișului, 1 319
Conservarea laptelui crud, 1 396
Conservarea lămîilor, 1 321
Conservarea mălaiului, 1 320
Conservarea ouălor, 1 395
Conservarea pastelor făinoase, 1 317
Conservarea pătlăgelelor roșii (după Metlițchi) 1 289
Conservarea peștelui rasol, 1 366
Conservarea uleiului, 1 393
Conservarea untului proaspăt, 1 382
Conservarea vînatului, 1 368
Conservarea zarzavatului pentru iarnă, 1 313
Consome, 479
Cornetele abundenței, 370
Cornulețe, 887
Cornulețe I, 1 017
Cornulețe II, 1 018
Cornulețe cu drojdie, 1 034
Cornulețe cu rahat, 1 019
Cornulețe cu susan, 1 084
Cornulețe din aluat francez, 857
Cornulețe din brînză de vacă, 1 085
Cornulețe fragede, 1 079
Cornulețe pentru vin, 1 090
Cornulețe umplute cu rahat, 1 088
Cornuri calde la cuptor, 326
Cornuri cu dulceață, 866
Cornuri cu mere, 862
Cornete cu șuncă umplute cu salată în aspic tocat, 372
Costiță cu fasole uscată, 544
Cotlet de berbec la grătar I, 660
Cotlet de berbec la grătar II, 666
Cotlet de berbec la tigaie, 662
Cotlet de berbec pane, 661
Cotlet pe miel pane, 672
Cotlet de porc cu sos picant, 683
Cotlete de porc înăbușite, 681
Cotlete de porc la tavă, 680
Cotlete de porc pane, 682
Cotlete de purcel la grătar, 678
Cotlete de vițel natur, 653
Cotlete de vițel pane, 652
Cotlete la grătar, 654
Cozonac cu nucă, 813
Cozonac cu pastă de nuci, 814
Cozonaci, 811
Cozonaci moldovenești, 812
Crap cu arpagic, 720
Crap cu cașcaval, 714
Crap cu roșii, 717
Crap cu sos roșu și cașcaval, 715
Crap la cuptor cu usturoi, 710
Crap la grătar, 723

Crap la protap (în cuptor), 711
Crap pe varză, 708
Crap prăjit, 719
Crap umplut I, 716
Crap umplut cu ciuperci, 721
Crap umplut cu orez, 722
Creier în aspic, 378
Creier în cocă, 562
Creier în pesmet (pane), 561
Cremă aspectuoasă și gustoasă, 987
Cremă de biscuiți, 988
Cremă de caise, 972
Cremă de cafea, 1 002
Cremă de căpșuni, 973
Cremă de castane, 956
Cremă de ciocolată, 958
Cremă de griș, 253
Cremă de gutui, 977
Cremă de lămîie, 1 001
Cremă de piure de fructe, 1 005
Cremă de portocale, 968
Cremă de portocale, 1 003
Cremă de resturi de prăjituri, 990
Cremă de vanilie cu albuș, 965
Cremă de vanilie cu cacao, 971
Cremă de vanilie cu cafea, 970
Cremă de vanilie cu făină, 966
Cremă de vanilie pentru plăcintă, 967
Cremă de visine, 976
Cremă de zahăr ars, 969
Cremă de zahăr ars, 978
Cremă de zahăr ars fără ouă, 980
Cremă delicioasă de cacao, 959
Cremă delicioasă de vanilie, 985
Cremă fină de portocale Getta, 992
Cremă fină de vanilie (șodou), 964
Cremă la cești, 991
Cremă Ricu, 993
Cremă spumă de fructe, 957
Cremă spumă de mere, 1 004
Crenvurști în aluat franțuzesc, 330
Crochete de cartofi, 168
Crochete de cartofi umplute cu carne, 606
Crochete de griș (garnitură la soteuri), 43
Crochete de orez, 309
Crochete de ouă cu sos de roșii, 475
Crochete de varză, 349
Cuib de viespi, 605
Cuib de viespi I, 828
Cum se desărează brînza, 1 406
Cum se drege untura rîncedă, 1 391
Cum se păstrează alimentele pregătite de pe o zi pe alta, 1 335
Cum se păstrează brînza telemea, 1 407
Curcan fript, 693

Diferite legume în aluat de clătite, 219
Doboș-tort, 930
Dovlecei conservați prin fierbere, 1 230
Dovlecei cu carne, 516
Dovlecei cu iaurt și roșii, 156
Dovlecei cu roșii, 134
Dovlecei cu smîntînă I, 48
Dovlecei cu smîntînă II, 158
Dovlecei cu sos de roșii, 159
Dovlecei în bulion (conserve), 1 232
Dovlecei în ulei (conserve), 1 233
Dovlecei pentru musaca și mîncare (conserve), 1 234
Dovlecei umpluți cu brînză, 157
Dovlecei umpluți cu zarzavat, 135
Drob de miel, 619
Drob de miel în foaie, 620
Dulceață de agrișe, 1 157
Dulceață de caise coapte, 1 159
Dulceață de caise verzi, 1 140
Dulceață de căpșuni, 1 153
Dulceață de chitră, 1 151
Dulceață de cireșe albe, 1 144
Dulceață de cireșe amare, 1 145
Dulceață de coacăze (albe și roșii), 1 156
Dulceață de coarne, 1 163
Dulceață de fragi, 1 154
Dulceață de gogonele verzi, 1 165
Dulceață de grepfrut, 1 150
Dulceață de gutui bucăți, 1 162
Dulceață de gutui rase sau tăiate fire lungi, 1 161
Dulceață de lămîie, 1 149
Dulceață de melci de portocale, 1 152
Dulceață de mure, 1 164
Dulceață de nuci negre, 1 138
Dulceață de nuci putrede, 1 139
Dulceață de nuci verzi (albe), 1 137
Dulceață de păstăi, 1 166
Dulceață de piersici, 1 160
Dulceață de portocale, 1 148
Dulceață de visine, 1 143

Dulceață de prune coapte, 1 142
Dulceață de prune verzi, 1 141
Dulceață de struguri, 1 158
Dulceață de trandafir, 1 146
Dulceață de trandafir (fiartă în seamă de foi de trandafir), 1 147
Dulceață de zmeură, 1 155

Ecleruri, 891

Fasole bătută, 148
Fasole conservată în saramură, 1 225
Fasole cu smîntînă, 175
Fasole țucără cu carne, 515
Fasole țucără în saramură (conservată), 1 224
Fasole uscată cu afumături, 543
Fasole uscată cu cîrnați, 545
Fasole verde (conserve), 1 221
Fasole verde conservată prin uscare, 1 226
Fasole verde cu sare și zahăr (conserve), 1 223
Fasole verde cu smîntînă, 45
Fasole verde cu sos alb, 171
Fasole verde cu sos de roșii, 172
Fasole verde în bulion, conservată prin fierbere, 1 222
Felii de franzelă cu caşcaval, 329
Ficat de căprioară, 792
Ficat de gîscă cu sos de vin, 702
Ficat de gîscă la cuptor, 701
Ficat de gîscă la grătar, 704
Ficat de gîscă prăjit, 703
Ficat la cuptor, 570
Ficat la grătar, 573
Ficat prăjit, 576
Ficat prăjit cu sos de ciuperci, 576
Fierberea racilor, 761
Fierberea șuncilor, 1 371
Fleică la grătar, 633
Fluturași, 1 023
Foaie pentru budincă, 318
Foi de viță conservată în sare, 1 273
Foi de viță conservate prin sterilizare, 1 271
Foi de viță cu sare, 1 272
Franzeluță umplută, 368
Franzeluță umplută cu brînză, 369
Friganele (garnitură la soteuri), 44
Frigărui, 677
Frigărui asortate, 674
Frigărui de berbec, 633
Frigărui de carne de vacă, 634
Frigărui de ficat, 577
Frigărui de ficat, rinichi și carne, 574
Frigărui de rinichi, 581
Frigărui din măruntaie de miel, 671
Friptură de căprioară cu sos de smîntînă, 787
Friptură de fazan, 809
Friptură de porc mistreț, 799
Friptură de potîrniche, 806
Friptură de sitari, 808
Friptură de vacă înăbușită, 636
Friptură vieneză, 624
Fructe conservate pentru prăjituri, 1 353
Fructe zaharate, 1 339
Fudulii de berbec la grătar, 664

Găluște cu prune, 1 015
Găluște de brînză, 486
Găluște de brînză de vacă (dulci), 402
Găluște de carne, 484
Găluște de ficat, 483
Găluște de griș cu unt, 481
Găluște de griș fără unt, 485
Găluște de pesmet, 482
Găluște pentru papricaș, 533
Garnitură de orez la soteuri de ficat și rinichi, 310
Gem asortat, 1 169
Gem asortat de portocale, lămîi și grepfrut, 1 172
Gem de caise, 1 167
Gem de portocale, 1 170
Gem de portocale și lămîi, 1 171
Gem de prune, 1 168
Gem-dulceață de prune, 1 173
Ghiveci, 129
Ghiveci (conserve), 1 235
Ghiveci cu carne, 527
Ghiveci de crap, 707
Ghiveci fără carne, 204
Gîscă, curcan și găină cu măsline, 557
Gîscă la cuptor, 697
Gît de gîscă umplut, 699
Glazură cu cremă, 962
Glazură de cacao sau de ciocolată, 963
Glazură din albuș, 961
Glazură imitație de șerbet, 960
Gnochi de cartofi, 418
Gogoșari conservați, copți și toc... 1 264

Gogoşari conservaţi în oţet II, 1 298
Gogoşari conservaţi pentru aperitive, 1 267
Gogoşari conservaţi pentru salată I, 1 265
Gogoşari conservaţi pentru salată II, 1 266
Gogoşari conservaţi prin uscare, 1 268
Gogoşari în oţet I, 1 297
Gogoşari jumătăţi în oţet, 1 299
Gogoşari umpluţi cu zarzavat în oţet, 1 301
Gogoşele, 1 062
Gogoşele cu smîntînă, 277
Gogoşele cu cartofi, 348
Gogoşele de vinete cu carne, 597
Gogoşi, 824
Gogoşi cu brînză, 1 083
Gogoşi cu cremă (choux-uri) 890
Gogoşi cu iaurt, 1 071
Gogoşi de caşcaval, 339
Gogoşi de griş cu şuncă la cuptor, 254
Gogoşi cu drojdie, 1 054
Gogoşi dulci de cartofi, 1 050
Grăsime din seu de vacă, 1 394
Griş, orez, tapioca, 489
Grîu cu lapte, 251
Gulaş, 534
Gun-go, 1 412
Guşă de curcan umplută, 694
Gutui cu carne, 551
Gutui la tavă, 1 082
Guvizi, 752

Halmoş-balmoş, 274
Halva turcească, 1 042

Iahnie de cartofi, 154
Iahnie de fasole uscată, 152
Iahnie de linte, 153
Iaurt, 1 401
Icre de brînză, 380
Iepure cu măsline, 781
Iepure înăbuşit, 782
Imitaţie de muşchi cu aluat, 639
Inimă de viţel umplută, 656
Insulă plutitoare, 986
Iofca cu brînză sau cu carne, 266
Iofca cu unt, 265

Împănarea vînatului, 778
Înghetată de alune pralinată, 1 127
Înghetată de cafea, 1 128
Înghetată de caise, 1 132
Înghetată de cantalup şi pepene galben, 1 134
Înghetată de căpşuni, zmeură, fragi, 1 130
Înghetată de ciocolată, 1 126
Înghetată de fisticuri, 1 129
Înghetată de lămîie sau de portocale 1 133
Înghetată de vanilie, 1 123
Înghetată de vanilie nefiartă, 1 124
Înghetată de vişine, 1 131
Înghetată de zahăr ars, 1 125
Înghetată fără foc şi fără şerbetură 1 136
Întreţinerea oalelor de lapte, 1 405

Jeleu de coacăze, 1 176
Jeleu de gutui, 1 174
Jeleu de fragi, zmeură sau căpşuni 1 178
Jeleu de mere, 1 175
Jeleu de portocale, 1 177
Jumări, 436
Jumări cu ciuperci, 439
Jumări cu creier, 440
Jumări cu ficat, 441
Jumări cu parizer, 435
Jumări cu roşii, 437
Jumări cu slănină afumată, 438

Lapte acru, 1 400
Lapte bătut, 1 349
Lapte de pasăre, 984
Lapte de putină, 1 404
Lebervurşt, 1 376
Legume asortate cu smîntînă, 55
Legume cu smîntînă, 214
Legume în foaie, 218
Lichior amestecat, 1 220
Lichior de bere, 1 216
Lichior de cacao (vezi lichior de cafea) 1215
Lichior de cafea, 1 215
Lichior de izmă, 1 218
Lichior de nuci verzi, 1 219
Lichior de portocale, 1 214
Lichior de vin negru, 1 217
Limbă cu măsline, 558
Limbă cu smîntînă, 566
Limbă cu sos alb, 567
Limbă cu sos de roşii, 568

Limbă cu sos de vin, 505
Limbă în pesmet (pane), 569
Limbă rasol, 565
Linte bătută, 149
Linul, 747

Macaroane cu garnitură la soteuri, 267
Macaroane cu brînză, 258
Macaroane cu carne în foaie, 263
Macaroane cu nuci, 261
Macaroane cu sos de roşii, 257
Macaroane cu şuncă, 260
Macaroane cu unt, 259
Magiun de prune I, 1 332
Magiun de prune II, 1 333
Magiun din dovleac, 1 334
Maioneză pentru acoperirea preparatelor, 70
Maioneză, sos, 68
Maioneză verde, 71
Marinarea cărnii de berbec, 657
Marinarea vînatului, 777
Marinată de crap, 718
Marinată de măsline, 385
Marinată de nisetru, 735
Marinată de peşte (conserve), 1 367
Marmeladă de caise, 1 326
Marmeladă de corcoduşe albe sau roşii, 1 327
Marmeladă de dovleac şi morcovi, 1 336
Marmeladă de măceş, 1 329
Marmeladă de mere, 1 323
Marmeladă de mere, pere, piersici, prune, struguri etc., 1 325
Marmeladă de morcovi, 1 335
Marmeladă de pere, 1 322
Marmeladă de portocale, 1 330
Marmeladă de prune, 1 324
Marmeladă din coji de mere, pere, gutui, 1 328
Marmeladă tonică, 1 331
Mazăre bătută, 150
Mazăre conservată prin uscare, 1 228
Mazăre cu carne, 509
Mazăre cu zahăr, uscată, 1 229
Mazăre sote în cuib, 202
Mazăre verde conservată prin fierbere, 1 227
Mazăre verde în sos, 203
Mămăligă fiartă, 269
Mămăliguţă cu brînză, 271
Mămăliguţă pripită, 270
Mărar cu miel, 512
Mărar, pătrunjel, leuştean (conserve) 1 270
Măsline umplute, 384
Melci cu unt la cuptor, 769
Melcişori, 826
Melcişori în formă, 827
Mere în aluat franţuzesc, 867
Mere în halat, 822
Mere pentru plăcintă şi strudel, 1 356
Miel la cuptor, 668
Miel la frigare, 670
Miel la grătar, 679
Minciunele, 1 048
Mititei, 621
Mîncare de bame, 140
Mîncare de căprioară cu smîntînă sau cu găluşte, 788
Mîncare de cartofi, 169
Mîncare de cartofi noi, 138
Mîncare de fasole grasă, 137
Mîncare de fasole verde, 173
Mîncare de porc mistreţ cu ciuperci, 798
Mîncare de porc mistreţ cu smîntînă, 797
Mîncare de ţelină şi dovlecei, 155
Momiţe de viţel pane, 655
Morcovi cu carne, 552
Morunul, 740
Mreana, 741
Mucenici moldoveneşti I, 833
Mucenici moldoveneşti II, 834
Mucenici munteneşti, 835
Murături în saramură în butoi înfundat, 1 293
Murături în saramură la borcan I, 1 294
Murături în saramură la borcan II, 1 295
Musaca de ardei, 617
Musaca de cartofi, 609
Musaca de clătite cu carne de viţel 618
Musaca de dovlecei, 612
Musaca de legume amestecate, 615
Musaca de macaroane cu carne, 264
Musaca de piure de cartofi, 610
Musaca de spanac, 616
Musaca de ţelină, 611
Musaca de varză acră, 614
Musaca de varză dulce, 613
Musaca de vinete, 608

Muşchi de berbec la grătar, 665
Muşchi de căprioară la cuptor, 790
Muşchi de căprioară la frigare, 789
Muşchi de iepure cu smîntînă, 783
Muşchi de porc şi fleică la grătar, 675
Muşchi de vacă în aluat, 638
Muşchi de vacă în sos de vin, 640
Muşchi de viţel, 643
Muşchi la cuptor cu sos de muştar, 642
Muşchi la cuptor înăbuşit, 641
Muşchi la frigare, 635
Muşchiuleţ de porc la grătar, 676

Nisetru la grătar, 737
Nisetru pane, 739
Nisetru prăjit, 738
Nuga albă, 1 116
Nuga de zahăr ars, 1 115
Nuga pentru blaturi, din comerţ, 1 117

Obleţii, 755
Ochelari, 863
Ochiuri cu smîntînă, 431
Ochiuri cu spanac, 430
Ochiuri în cuib de cartofi, 472
Ochiuri în cuib de mămăliguă, 476
Ochiuri în parizer, 434
Ochiuri în sos alb, 471
Ochiuri în unt, 427
Ochiuri pe friganele, 428
Ochiuri pe roşii cu smîntînă, 432
Ochiuri pe sos alb de ciuperci, 433
Ochiuri pe şuncă, 429
Ochiuri româneşti, 426
Omletă cu caşcaval, 442
Omletă cu ciuperci, 445
Omletă cu creier, 446
Omletă cu resturi, 447
Omletă cu roşii, 443
Omletă cu spanac, 444
Orez cu ardei, 294
Orez cu lapte, 297
Orez cu portocale, 298
Orez cu prune, 295
Orez cu sos de roşii (Rizoto), 293
Orez cu stafide, 296
Orez împănăţesc, 975
Orez în foale, 311
Ostropel de preparată, 805
Ostropel de pui, 539
Ostropel de viţel, de miel sau de vacă, 840
Ouă cu ciuperci, 454
Ouă cu maioneză, 468
Ouă cu piure de cartofi, 458
Ouă cu sos alb, 457
Ouă cu sos picant, 464
Ouă fierte clcioase, 424
Ouă fierte moi, 425
Ouă fierte tari, 423
Ouă în aspic, 460
Ouă în roşii, 455
Ouă în roşii cu pesmet şi brînză, 474
Ouă în roşii cu sos de ciuperci, 462
Ouă în sos de cartofi, 473
Ouă în tarte, 451
Ouă mimoza, 449
Ouă umplute, 386
Ouă umplute cu ciuperci, 461
Ouă umplute cu ficat, 450
Ouă umplute cu ficat (alifel), 466
Ouă umplute cu salată de boeuf, 459
Ouă umplute cu salată crudă, 453
Ouă umplute cu sardele, 465
Ouă umplute cu sos de castraveciori, 467
Ouă umplute cu sos de roşii I, 456
Ouă umplute cu sos de roşii II, 463
Ouă umplute cu sos de smîntînă, 469
Ouă umplute cu şuncă, 452
Ouă umplute în coajă, 448

Pană de somn, 731
Pană de somn din peşte sărat, 732
Papanaşi cu smîntînă, 398
Papanaşi prăjiţi, 399
Papară, 417
Papricaş, 532
Papricaş de porc mistreţ, 795
Pască cu brînză de vacă, 830
Pască cu ciocolată, 832
Pască cu orez, 831
Pască cu smîntînă, 829
Pastă de caise, 1 338
Pastă de gutui, 1 337
Pastă de mere, 1 022
Pastă sticloasă, 1 049
Pastramă de miel, 1 386
Pateu de ficat, 575
Pateu de ficat în aspic, 388
Pateu de iepure I, 784
Pateu de iepure II, 785
Pateu de iepure elveţian, 786

Pateuri cu brînză, 332
Pateuri cu brînză, 869
Pateuri cu carne, 331
Pateuri cu carne, 868
Pateuri cu ciuperci, 333
Pateuri cu ciuperci în sos alb, 334
Pateuri cu limbă, şuncă sau creier, 335
Pateuri cu piept de pasăre, 336
Pateuri din foi greceşti, 327
Păstrarea afumăturilor, 1 374
Păstrăvul, 753
Pătrate cu dulceaţă, 865
Peltea de agrişe, 1 204
Peltea de caise, 1 209
Peltea de coacăze, 1 203
Peltea de coarne, 1 210
Peltea de corcoduşe, 1 208
Peltea de gutui, 1 202
Peltea de mere, 1 206
Peltea de mure, 1 207
Peltea de zmeură şi căpşuni, 1 205
Peltea din coji de mere, de gutui etc., 1 211
Perişoare cu verdeaţă, 593
Pesmeciori cu ulei, 1 045
Pesmeţi cu nuci, 1 064
Pesmeţi cu rahat colorat, 1 089
Pesmeţi cu un ou, 1 024
Pesmeţi economici I, 1 072
Pesmeţi economici II, 1 073
Pesmeţi fără ou, 1 060
Pesmeţi gustoşi, 1 066
Pesmeţi pentru ceai (foarte spornici) 1 053
Pesmeţi pentru vin şi ceai, 1 061
Pesmeţi simpli, 1 016
Peşte în aluat, 756
Peştele afumat, 1 387
Picioare de broaşte (pui de baltă), 776
Piept de curcan cu sos tartar, 870
Piept de găină pane, 692
Piept de găină umplut, 691
Piept de viţel umplut, 645
Piftie, 555
Piftie de porc mistreţ, 800
Pilaf călugăresc, 300
Pilaf cu afumături, 305
Pilaf cu mazăre şi şuncă, 304
Pilaf cu pană de somn sărat, 733
Pilaf cu şuncă, 303
Pilaf cu zacuscă de vinete şi gogoşari, 308
Pilaf cu zarzavaturi şi legume, 307
Pilaf de ardei verde, 292
Pilaf de caracatiţă, 774
Pilaf de dovlecei, 290
Pilaf de ficat (măruntae), 306
Pilaf de legume în foaie, 215
Pilaf de miel, 547
Pilaf de mînătărci, 301
Pilaf de pasăre, 546
Pilaf de prepeliţă, 804
Pilaf de pui, 299
Pilaf de raci, 302
Pilaf de rinichi, de ficat şi de intimi 549
Pilaf de scoici, 772
Pilaf de spanac, 291
Pilaf de viţel, 548
Pişcoturi pentru şampanie I, 1 068
Pişcoturi pentru şampanie II, 1 069
Pîine cu cartofi, 246
Pîine cu mălai, 247
Piure de cartofi, 56
Piure de spanac, 57
Pîinea, 245
Pîinea episcopului, 1 039
Pirjoale, 622
Plachie de crap, 713
Plăcintă cu brînză (din foi de strudel), 838
Plăcintă cu carne, 623
Plăcintă cu carne, 840
Plăcintă cu cremă, 852
Plăcintă cu mere I, 823
Plăcintă cu mere II, 839
Plăcintă cu mere III, 855
Plăcintă cu mere IV, 861
Plăcintă cu spanac, 239
Plăcintă de mălai, 289
Plăcintă din coca de cozonac, 815
Plăcintă economică, 1 081
Plăcintă romînească, 836
Plăcintă romînească pripită, 837
Plăcinţele cu ciuperci, 228
Plăcinţele din imitaţie de aluat fraş tuzesc, 854
Plătică, 748
Poale în brîu, 825
Porumbei, 705
Potîrnichi cu smîntînă, 807
Praz cu carne, 517
Praz cu măsline, 141
Praz cu orez şi măsline, 186
Praz cu smîntînă, 52

Praz cu sos alb, 185
Prăjitură americană, 282
Prăjitură cu fragi sau zmeură, 1 041
Prăjitură cu lapte bătut, 1 075
Prăjitură cu marmeladă şi albuş, 1 065
Prăjitură cu mălai, 1 052
Prăjitură cu mere, 1 058
Prăjitură cu morcovi, 1 051
Prăjitură cu nuci, 1 059
Prăjitură cu vişine, 1 020
Prăjitură cu vişine sau caise, 1 056
Prăjitură de dovleac, 243
Prăjitură din grîu, 250
Prăjitură din mălai, 281
Prăjitură dintr-un ou, 1 046
Prăjitură economică, 1 057
Prăjitură ieftină, 1 043
Prăjitură Mimi, 1 032
Prăjitură minunată, 1 080
Prăjitură păianjen, 283
Prăjitură spornică, 1 031
Prăjitură spornică, 1 047
Prăjitură uscată, 280
Prăjitură uscată (alta), 285
Prăjitură uscată, 284
Prăjituri Mariana, 1 025
Pregătirea mațelor pentru cîrnați și caltaboși și pregătirea burții pentru tobă, 1 381
Prepararea bulionului subțire pentru conservele de legume, 1 292
Prepararea slăninei afumate, 1 373
Prepararea șuncilor, 1 370
Prepararea șuncilor prin coacere, 1 372
Prepararea tobei, 1 375
Prepararea untului, 1 402
Prepelițe fripte înăbușite, 802
Prepelițe la frigare, 803
Prune, stafide, coconari cu carne, 554
Pui cu smîntînă, 541
Pui la cuptor, 687
Pui la frigare, 686
Pui la tigaie, 690
Pui pane, 688
Pui umplut, 689
Pulpă de berbec înăbușită, 659
Pulpă de berbec rulată, 667
Pulpă de porc la cuptor, 679
Pulpă de vițel la tavă, 644
Pulpă de vițel la cuptor, 649
Pulpă de vițel rulată, 647
Pulpă rulată, 684
Purcel la cuptor, 685

Raci umpluți, 763
Rasol de creier, 506
Rasol de găină, 503
Rasol de limbă, 504
Rasol de melci, 768
Rasol de nisetru, 734
Rasol de picioare de vițel, 501
Rasol de raci, 764
Rasol de șalău cald, 725
Rasol de șalău rece, 726
Rasol de vacă, 499
Rasol de vițel cu vinegrete, 502
Rasol din cap de vițel, 500
Rață cu măsline, 556
Rață la cuptor, 695
Rață umplută, 700
Rațele sălbatice, 810
Raviole italienești, 607
Ridichi umplute, 381
Rinichi la grătar, 580
Rinichi prăjiți, 578
Rinichi prăjiți cu sos de muștar, 579
Risole de caşcaval, 422
Rîndunică de mare sau peștele zburător, 746
Roșii conservate nefierte la sticle, 1 285
Roșii cu carne, 518
Roșii felii conservate în sticle și borcane, 1 282
Roșii felii cu ardei grași felii conservați în sticle și borcane, 1 283
Roșii întregi conservate în apă rece, 1 279
Roșii întregi conservate în bulion, 1 284
Roșii întregi conservate în ulei, 1 280
Roșii proaspete pe vrejii lor, 1 281
Roșii umplute, 596
Roșii umplute, conservate, 1 287
Roșii umplute cu ciuperci, 143
Roșii umplute cu ciuperci, 392
Roșii umplute cu ciuperci cu smîntînă, 195
Roșii umplute cu legume în sos alb, 199
Roșii umplute cu macaroane, fidea sau iofca, 197
Roșii umplute cu maioneză și sardele, 394
Roșii umplute cu orez, 142
Roșii umplute cu orez, conservate, 1 286

Roşii umplute cu pesmet, 200
Roşii umplute cu salată de boeuf, 390
Roşii umplute cu salată de cruditäţi, 397
Roşii umplute cu salată de peşte, 395
Roşii umplute cu salată de vinete, 393
Roşii umplute cu salată rusească, 391
Roşii umplute cu sos alb şi brînză, 198
Roşii umplute cu varză albă, 396
Roşii umplute cu zarzavat, 144
Ruladă cu brînză, 408
Ruladă cu carne, 628
Ruladă cu ouă, 238
Ruladă cu smîntînă, şuncă. caşcaval, 216
Ruladă de ciocolată, 1 077
Ruladă de spanac, 236
Ruladă economică cu spanac, 237
Rulouri cu cremă sau cu frişcă, 856
Rulouri de carne de viţel, 647
Rulouri de şuncă umplute, în aspic tocat, 373
Rulouri din aluat fraged, 886
Rulouri sau cornete de şuncă în aspic, 391

Salam, 1 107
Salam de cacao, 1 108
Salam în aluat franţuzesc sau în aluat fraged, 346
Salată ardelenească, 128
Salată cu resturi de peşte, 374
Salată de andive, 113
Salată de ardei graşi, 119
Salată de boeuf, 123
Salată de cartofi, 103
Salată de castraveţi, 117
Salată de ciuperci, 127
Salată de conopidă, 105
Salată de creier, 376
Salată de creier I, 560
Salată de creier II, 564
Salată de creier imitaţie de icre negre, 377
Salată de cruditäţi, 116
Salată de dovlecei, 111
Salată de fasole verde grasă, 114
Salată de heringi, 758
Salată de heringi cu cartofi, 759
Salată de icre de crap, 724
Salată de icre negre, 375
Salată de lăptuci, 106
Salată de praz fiert, 112
Salată de roşii, 118
Salată de sfeclă, 122
Salată de sparanghel, 108
Salată de ţelină, 104
Salată de ţîri, 383
Salată de untişor şi hatmaţuchi, 107
Salată de varză albă dulce, 121
Salată de varză crudă, 126
Salată de varză roşie, 120
Salată de vinete, 115
Salată de zarzavat cu raci, 765
Salată din resturi de peşte sau de carne, 760
Salată imitaţie de icre, 256
Salată orientală, 125
Salată rusească, 124
Saleuri din aluat cu smîntînă, 1 093
Saleuri din aluat franţuzesc, 1 095
Sandvişuri asortate, 355
Sandvişuri cu brînzeturi, 359
Sandvişuri cu caşcaval, 354
Sandvişuri cu ficat, 358
Sandvişuri cu icre de Manciuria, 361
Sandvişuri cu limbă, 356
Sandvişuri cu peştişori prăjiţi, 365
Sandvişuri cu rocfort, 360
Sandvişuri cu salam, 357
Sandvişuri cu şuncă, 353
Sandvişuri cu unt colorat, 366
Sandvişuri imitaţie de icre, 364
Sandvişuri Mimoza, 362
Sandvişuri picante, 363
Sandviş tort, 367
Sarailie, 846
Saramură de crap, 709
Sarmale cu orez, 147
Sarmale de foi de viţă, stevie sau spanac, 591
Sarmale de porc mistreţ, 801
Sarmale de varză acră, 589
Sarmale de varză creaţă, 601
Sarmale de varză dulce, 590
Savarină cu făină de porumb, 286
Sărarea şi afumarea cărnii, 1 369
Sărmăluţe cu brînză în foi de spanac, 213
Sărmăluţe cu brînză în foi de stevie, 212
Sărmăluţe cu brînză în foi de viţă, 211
Sărmăluţe cu bulgur (grîu sfărîmat), 252
Sărmăluţe cu păsat, 279
Scoici în aluat, 771

Scordolea de raci, 766
Scrumbiile, 750
Scrumbii şi lapţi marinate, 389
Scutecele (pelincile) Domnului, 848
Sfeclă roşie la borcan în oţet, 1 309
Sfredeluşe, 864
Sirop de mure, 1 360
Sirop de mure nefiert, 1 361
Sirop de zmeură, 1 359
Sirop de zmeură, nefiert, 1 362
Smîntînă, 1 397
Snop, 888
Sos ainghemaht, 84
Sos alb cu zeamă de carne, 76
Sos alb pentru buşeuri, 86
Sos alb pentru peşte, 83
Sos alb simplu, 75
Sos ciulama, 85
Sos de cartofi, 78
Sos de castraveţi acri, 73
Sos de ciuperci, 89
Sos de hrean, 80
Sos de hrean, 90
Sos de lapte, 79
Sos de mărar cu smîntînă, 82
Sos de muştar, 66
Sos de muştar, 94
Sos de muştar cu gălbenuşuri, 67
Sos de roşii, 92
Sos de smîntînă şi caşcaval, 77
Sos de tarhon, 72
Sos de usturoi, 81
Sos de usturoi (mujdei), 74
Sos de vin, 96
Sos de vin, 894
Sos de zarzavat, 100
Sos de zarzavat pentru fripturi, 91
Sos maioneză, 68
Sos maioneză subţiat, 69
Sos marinat, 95
Sos muselin, 87
Sos muselin (imitaţie), 88
Sos ostropel, 93
Sos pentru buşeuri şi volovan, 101
Sos pentru fripturi, 101
Sos picant I, 97
Sos picant II, 98
Sos picant de roşii, 99
Sos picant de roşii, conservat, 1 288
Sos simplu de ulei, 65
Sos de cartofi, 40
Sote de conopidă, 39
Sote de dovlecei, 41
Sote de fasole verde, 36
Sote de ficat, 571
Sote de inimă, 583
Sote de mazăre verde, 35
Sote de morcovi, 37
Sote de rinichi, 582
Sote de spanac, 38
Sote de varză de Bruxelles, 42
Spanac cu carne, 511
Sparanghel conservat, prin fierbere, 1 274
Sparanghel cu maioneză, 109
Sparanghel cu sos alb, 191
Sparanghel cu sos alb la cuptor, 192
Sparanghel cu sos muselin, 190
Sparanghel cu sos muselin imitaţie, 193
Sparanghel cu sos verde, 110
Sparanghel cu unt şi caşcaval, 194
Spumă cu praline, 1 000
Spumă de cafea, 999
Spumă de caise, 995
Spumă de ciocolată, 998
Spumă de fructe din dulceaţă, 996
Spumă de lămîie, 997
Spumă de zmeură, 994
Strîngerea şi uscarea plantelor condimentare, 1 316
Stufat de miel, 522
Sufleu cu dulceaţă, 1 007
Sufleu de brînză de vacă, 419
Sufleu de cacao, 1 010
Sufleu de caise, 1 009
Sufleu de cartofi, 64
Sufleu de ciocolată, 1 011
Sufleu de conopidă, 58
Sufleu de creier, 563
Sufleu de dovlecei, 60
Sufleu de fasole verde, 61
Sufleu de fructe proaspete, 1 008
Sufleu de lămîie, 1 012
Sufleu de mere, 1 013
Sufleu de mazăre verde, 62
Sufleu de pătlăgele roşii, 63
Sufleu de spanac, 59
Sufleu de zahăr ars, 1 006
Supă-cremă de chimen, 13
Supă-cremă de ceapă, 12
Supă-cremă de conopidă, 7
Supă-cremă de cartofi, 2
Supă-cremă de fasole uscată, 3
Supă-cremă de linte, 5

Supă-cremă de mazăre uscată, 4
Supă-cremă de mazăre verde, 10
Supă-cremă de orez, 15
Supă-cremă de praz, 11
Supă-cremă de spanac, 8
Supă-cremă de stevie, lobodă, urzică, 9
Supă-cremă de țelină, 16
Supă-cremă de varză de Bruxelles, 17
Supă-cremă de zarzavat amestecat cu legume, 6
Supă de carne, 476
Supă de găină, 477
Supă de porumb verde, 278
Supă de raci, 762
Supă de salată verde, 14
Supă strecurată, 1

Șalău cu cașcaval și smîntînă, 730
Șalău cu ciuperci, 729
Șalău cu maioneză, 727
Șalău cu salată rusească, 728
Șarlotă, 983
Șerbet de alune, 1 187
Șerbet de cacao, 1 183
Șerbet de cafea, 1 184
Șerbet de caise, 1 197
Șerbet de căpșuni, 1 193
Șerbet de chitră, 1 191
Șerbet de ciocolată, 1 182
Șerbet de cireșe amare, 1 200
Șerbet de coajă de migdale, 1 186
Șerbet de coajă uscată de nuci, 1 199
Șerbet de coarne, 1 196
Șerbet de fisticuri, 1 188
Șerbet de floare de tei, 1 190
Șerbet de flori de salcîm, 1 189
Șerbet de lapte, 1 201
Șerbet de lămîie, 1 181
Șerbet de piersici, 1 198
Șerbet de portocale, 1 180
Șerbet de trandafir, 1 192
Șerbet de vanilie, 1 185
Șerbet de vișine, 1 195
Șerbet de zahăr ars, 1 179
Șerbet de zmeură și fragi, 1 194
Șnițel de căprioară, 791
Șnițel de varză dulce, 351
Șnițel de vinete, 350
Șnițel de carne de miel, 673
Șnițel englezesc, 640
Șnițel natur, 651
Șnițel vienez, 650
Șodou (cremă fină de vanilie), 964
Ștevie cu carne, 514
Știucă umplută, 743
Știucă umplută la tavă, 744
Ștrudel cu brînză de vacă, 843
Ștrudel cu mere, 841
Ștrudel cu nucă, 842
Ștrudel cu smîntînă, 845
Ștrudel cu vișine, 844

Taci și înghite, 273
Tarhon conservat în sare, 1 269
Tarhon cu miel sau vițel, 513
Tartă cu caise, 821
Tartă cu cremă de orez, 820
Tartă cu cremă de orez și cremă de vanilie, 879
Tartă cu cremă la cuptor, 819
Tartă cu fructe, 818
Tartă cu fructe, 874
Tartă cu gem sau dulceață de vișine, 878
Tartă cu gutui, 860
Tartă cu marmeladă, 885
Tartă cu mere I, 882
Tartă cu mere II, 883
Tartă cu mere III, 884
Tartă cu struguri I, 859
Tartă cu struguri II, 881
Tartă în trei culori, 880
Tarte cu ciuperci și cașcaval, 328
Tarte cu cremă și fructe, 892
Tarte cu fragi, zmeură și cremă de vanilie, 858
Tarte cu orez și fructe, 877
Tăiței, 488
Tăiței, 916
Tăiței cu lapte, 268
Tăiței cu lapte, 917
Tăiței cu nuci, 918
Tăiței și iofca, 248
Tocană de ficat, 529
Tocană de ficat, 572
Tocană de inimă, 531
Tocană de porc mistreț, 794
Tocană de rinichi, 530
Tocană națională, 528
Tocăniță de ciuperci, 225
Topinca untului, 1 389
Tort anonim, 948
Tort biscuit, 1 104

Tort cu marmeladă, 920
Tort cu rahat, 1 099
Tort albuș, 950
Tort de alune, 926
Tort de argint, 952
Tort de cacao, 938
Tort de castane, 946
Tort de ciocolată, 921
Tort cristal, 936
Tort de curmale, 933
Tort de mere, 937
Tort de migdale, 940
Tort de migdale, alune sau nuci, 929
Tort de nuci, 922
Tort de nuci Mioara, 927
Tort de nuci simplu, 942
Tort de nuci cu cremă fără unt, 928
Tort de portocale, 931
Tort de sîmburi, 941
Tort de smochine, 932
Tort din biscuiți I, 1 101
Tort din biscuiți II, 1 102
Tort din biscuiți din cacao, 1 103
Tort-Doboș, 930
Tort fără zahăr și fără ouă, 944
Tort fiert, 943
Tort fin de ciocolată, 939
Tort în 7 minute, 935
Tort Maricel, 925
Tort mereng, 951
Tort minune, 947
Tort moca, 923
Tort moca (din biscuiți), 1 097
Tort Muselin, 949
Tort Negruța, 924
Tort pralinat I, 953
Tort pralinat II, 954
Tort rece, 1 105
Tort rece cu cicoare, 1 106
Tort simplu, 1 100
Tort St. Honoré, 945
Tort șah, 1 098
Tort ușor și fin, 934
Tortul miresei, 955
Trandafir, 816
Trandafir însiropat, 817
Trigoane, 849
Triunghiuri cu brînză, 255
Triunghiuri cu nucă, 853
Turtă albă, 1 021
Turtă dulce I, 1 026
Turtă dulce II, 1 027
Turtă dulce (fără miere) III, 1 028
Turtă dulce IV, 1 029
Turtă dulce cu smîntînă, 1 030
Turtiță de mălai, 372
Tuslama, 588

Țelină cu arpagic, 139
Țelină cu carne, 510
Țelină cu carne, 553
Țigarete pentru țuică, 1 091
Țiparul 754

Uger, 584
Uger pane, 585
Umplerea borșului, 495
Unt de raci, 767
Untul obținut direct din lapte, 1 403
Uscarea fructelor, 1 315
Uscarea legumelor, 1 314
Usturoi verde în oțet, 1 307

Varză acră cu carne, 524
Varză dulce cu carne, 525
Varză acră la putină, 1 311
Varză tocată la putină (verze), 1 312
Varză creață la cuptor, 600
Varză creață umplută, 599
Varză de Bruxelles cu smîntînă, 49
Varză dulce cu orez și roșii, 146
Varză dulce cu orez și smîntînă, 53
Varză dulce cu roșii și cu smîntînă, 209
Varză dulce cu smîntînă, 50
Varză dulce cu smîntînă, 205
Varză dulce cu sos alb, 210
Varză dulce sau acră cu orez, 206
Varză dulce tocată cu smîntînă, 54
Varză roșie la borcan în oțet, 1 308
Vărzări de dovleac, 242
Vinete, ardei și roșii la tavă, 133
Vinete conservate în bulion, 1 240
Vinete conservate pentru musaca, 1 241
Vinete cu ardei și roșii (conserve), 1 248
Vinete cu carne, 519
Vinete cu măsline, 132
Vinete cu sos de roșii I, 180
Vinete cu sos de roșii II, 181
Vinete cu usturoi pentru aperitive (conserve), 1 245
Vinete împănate, 130
Vinete împănate (conserve), 1 243
Vinete tocate (conserve), 1 244

Vinete umplute, 596
Vinete umplute, 179
Vincte umplute cu brînză de vacă, 182
Vinete umplute cu sos alb şi cu brînză. 183
Vinete umplute cu zarzavat, 131
Vinete umplute şi împănate (conserve). 1 242
Vişinată, 1 212
Viţel cu sos alb şi legume, 542
Viţel cu sos alb şi legume, 542
Volovan, 871
Zacuscă de nisetru, 736
Zacuscă de peşte (nisetru, şalău, morun). 717
Zacuscă (salată de vinete şi gogoşari-conserve), 1 246
Zacuscă (salată de vinete şi gogoşari-conserve), 1 247
Zarzavat bucăţele (în oţet). 1 306
Zarzavat în foaie, 217
Zdrenţe, 487
Zmeuradă, caisadă, 1 213

TABLA DE MATERIE

Bucătăria rațională 3

Rolul alimentelor în organism 3
Vitaminele 6
Higiena bucătăriei 14
Măsuri gospodărești 16

Supe de legume strecurate, supe date prin sită sau creme, ciorbe, borșuri 18

Supe strecurate și creme de legume și zarzavat 19
Ciorbe 23
Borșuri 25

Soteuri, legume cu smîntînă, pireuri și sufleuri sărate 28

Soteuri 28
Legume cu smîntînă 31
Piureuri 34
Sufleuri sărate 35
Sosuri reci și calde 38
Sosuri reci 38
Sosuri calde 40
Salate verzi și salate diferite 49
Mîncări reci de legume 57
Mîncări calde de legume 64

Preparate din grîu și făină de grîu, mălai și orez 86

Paste făinoase 90
Preparate din mălai 93
Preparate din orez 99
Budinci sărate simple și budinci în foaie 105
Budinci în foaie 107

Aperitive calde și reci 109
Aperitive calde 109
Aperitive reci 115

VI. **Preparate din brînză** 129

VII. **Preparate din ouă** 137

Preparate din carne 150

Supe 150
Ciorbe 154
Borșuri 156
Rasolul 157
Mîncări calde de legume și carne 159
Mîncări dulci cu carne 17
Mîncări reci din carne 1
Preparate din mărunțaie 3
Tocături 79
Fripturi . . . . .

IX. Preparate din peşte 215

Crapul 217
Şalăul 222
Somnul 224
Nisetrul 225
Preparate din alţi diferiţi peşti 226

Preparate din raci, melci, scoici, caracatiţă 230

Vînaturi 233

Diverse preparate din vînat 237

Dulciuri: cozonaci, plăcinte, patiserie, prăjituri şi alte preparate 246

Prepararea cozonacilor 247
Diferite aluaturi de plăcintă 257
Budinci dulci 278
Torturi 285
Diferite creme 303
Glazuri şi diferite creme 304
Diverse creme şi spume 305
Sufleuri dulci 315
Diferite prăjituri, pesmeţi şi biscuiţi 316
Saleuri şi cornuleţe pentru vin şi ceai 334
Prăjituri fără foc şi fără cuptor 336

Inghefate 344

Dulceţi, gemuri, jeleuri, şerbeturi, peltele, lichioruri 348
Conservarea alimentelor 377

Conservarea alimentelor de natură vegetală 382
Conservarea alimentelor de natură animală 430
Întrebuinţarea resturilor de mîncare 444
Prezentarea preparatelor la masă 448

Bibliografie 449
Indice alfabetic 455

ERATĂ

Pag.	Rînd	În loc de	Se va citi:
62 rețeta 150	8 jos	1/2 kg linte	1/2 kg mazăre
221 rețeta 722	9 jos	ceșcuțe orez	3 ceșcuțe orez
225 rețeta 738	2	în plus un ou, făină	Aceleași cantități ca la 737
229 rețeta 757	15 jos	Pentru cocă: 300 g făină, 250 unt, 1 lingură oțet	1 kg pește, 4-5 cepe, 2 morcovi, 1/2 kg roșii, 200 g măsline